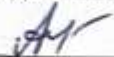


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Завидовская основная общеобразовательная школа
Яковлевского городского округа»

РАССМОТРЕНО
школьным методическим
объединением

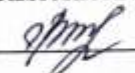
 Антипова О.Н.

Протокол № 6

от 21 " 06 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Совкова В.А.

"25" "08" 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Жукова В.Н.

Приказ № 140

от 29 " 08 2024 г.



Рабочая программа

учебного предмета
«Физическая культура»
для 4 класса основного общего образования
на 2024 -2025 учебный год

Составитель рабочей программы:
Турчин С.А., учитель физической культуры

Завидовка, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для 1- 4 класса разработана на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2013) и примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2013), Адаптированной образовательной программы основного общего образования Федеральной образовательной программой основного общего образования по предмету программы основного общего образования для обучающихся с задержкой психического для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, Адаптированной образовательной программы развития.

Цель – формирование основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач**, направленных на:

- ✓ укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- ✓ развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- ✓ выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- ✓ формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- ✓ воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
- ✓ совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- ✓ формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- ✓ развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- ✓ обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности;

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. В содержание программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

Выполняя программный материал, уроки рекомендуется проводить не только преимущественно на открытом воздухе, благодаря чему достигается выраженный оздоровительный эффект но и в игровой и соревновательной форме, что доставит детям радость и удовольствие, а грамотная объективная оценка их достижений явится стимулом для дальнейшего улучшения результатов, повышению активности, радости от занятий физическими упражнениями.

Для достижения поставленной цели в соответствии с образовательной программой учреждения рабочая программа обеспечивается учебно – методическим комплектом:

- Лях В.И. Физическая культура: учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. – М.: Просвещение, 2013г.
- Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. /Лях В.И., Зданевич А.А. - М.: Просвещение, 2013г.

Внесённые изменения в учебную программу и их обоснование:

В связи со спецификой преподавания уроков физкультуры и хорошей материально-технической базой (Лыжный инвентарь). **В программу введены разделы» Лыжная подготовка».**

в 4 классе 102 часа заменен на 68 часов в год (2 часа в неделю), 3 час вынесен во внеурочную деятельность по приказу управления образования Яковлевского городского округа, Белгородской области.

При совпадении периода проведения учебных занятий с карантином, пандемией и т.д. будет организовано проведение учебных занятий, консультаций, вебинаров на платформах с использованием различных электронных образовательных ресурсов;

- e-mail, дистанционные конкурсы, олимпиады;
- электронный журнал;
- дистанционное самообучение и обучение в Интернете;
- видеоконференции;

- оп-line тестирование;
- Интернет-уроки;
- сервисы АИС «Образование»;
- ЯКласс;
- Моя школа в online
- Московская Электронная Школа;
- Российская Электронная Школа;
- Инфоурок; Учи.ру;
- «Просвещение» и др.;
- обучение на дому с дистанционной поддержкой: skype, Zoom, WhatsApp, Viber и др.

Содержания учебного предмета

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

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

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски: упражнения на координацию, выносливость и быстроту. На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановки мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола-

Формы организации учебного процесса:

В начале и в конце учебного года учащиеся сдают контрольные упражнения (тесты) для определения развития уровня физической подготовленности в зависимости от возраста и пола. По прохождении разделов программы проводится контрольный урок. Текущий учет является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Согласно локальному акту образовательного учреждения учащиеся проходят промежуточную аттестацию по окончании четверти. Итоговая аттестация производится на основании четвертных оценок.

На занятиях физической культуры в 1-4 классе для достижения поставленной цели используются различные формы проведения уроков: урок-игра, урок-соревнование, эстафеты.

Методы проведения занятий разнообразны: метод показа, метод сравнения, метод анализа.

Формы организации учебного процесса: индивидуальные, групповые, фронтальные, практикумы.

Формы контроля опорной системы знаний: наблюдение, беседа, сдача контрольных нормативов.

Условия реализации: наличие спортивного зала, оборудованного спортивным инвентарем, гимнастическими снарядами и гимнастическим оборудованием для проведения занятий в условиях непогоды, низкой температуры воздуха. Оборудованная спортивная площадка для проведения уроков на свежем воздухе, наличие ямы для прыжков в длину с разбега, ровной открытой местности для занятия бегом.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета:

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и интересов.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека.

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства.

Планируемые результаты

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

4 класс

Знания о физической культуре Выпускник 4 класса научится:

- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник 4 класса 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 учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности Выпускник 4 класса научится:

- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник 4 класса получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование Выпускник 4 класса научится:

- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно).

Выпускник получит возможность научиться:

- 4 класс: - сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 – 4 класс

Курс рассчитан на 68 часов (2 часа в неделю)

№ п/п	Разделы и темы	Содержание воспитания с учетом рабочей программы воспитания школы	Количество часов
----------	----------------	----------------------------------------------------------------------	------------------

			Авторская программа 68	Рабочая программа 68
Объем часов на прохождение всех тем. Объем часов на прохождение каждой темы			12	4
1	Легкая атлетика.	<p>Интеллектуальное воспитание: Овладение знаниями. Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; длительный бег, влияние бега на состояние здоровья, элементарные сведения о правилах соревнований в бег, прыжках и метаниях, ТБ на занятиях. Названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и в высоту.</p> <p>Нравственное воспитание: освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей.</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание: закрепление навыков прыжков, развитие скоростно – силовых и координационных способностей. Игры с прыжками с использованием скакалки. Игры с прыжками и осаливанием на площадке небольшого размера. Преодоление естественных препятствий. Эстафеты с прыжками на одной ноге.</p> <p>Трудовое воспитание: составляют комбинации из числа разученных упражнений и выполняют их.</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание: взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.</p> <p>Экологическое воспитание: включают беговые и прыжковые, метательные упражнения в различные формы занятий по физической культуре.</p>		
2	Подвижные и народные игры	<p>Интеллектуальное воспитание: закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве .</p>	8	4

		<p>Нравственное воспитание: описывают технику игровых действий и приемов, осваивают их самостоятельно.</p> <p>Выявляют и устраняют типичные ошибки, взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание: соблюдают правила безопасности.</p> <p>Трудовое воспитание: используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание: выявляют и устраняют типичные ошибки, взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p> <p>Экологическое воспитание: применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.</p>		
3	Спортивные игры	<p>Интеллектуальное воспитание: закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.</p> <p>Нравственное воспитание: соблюдают правила безопасности.</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание:</p> <p>Трудовое воспитание: применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание: взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p> <p>Экологическое воспитание: демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений.</p>	4	4
4	Гимнастика	<p>Интеллектуальное воспитание: освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей.</p>	10	45

		<p>Нравственное воспитание: описывают технику акробатических упражнений и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание: составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений.</p> <p>Трудовое воспитание: различают строевые команды. Точно выполняют строевые приемы.</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание: оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику выполнения, выявляют ошибки и помогают в их исправлении.</p> <p>Экологическое воспитание: устанавливают правила проведения закаливающих процедур. Анализируют правила безопасности при проведении закаливающих процедур.</p>		
5	Подвижные игры с элементами баскетбола	<p>Интеллектуальное воспитание:</p> <p>Нравственное воспитание:</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание:</p> <p>Трудовое воспитание:</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание:</p> <p>Экологическое воспитание:</p>	5	3
6	Лыжная подготовка	<p>Интеллектуальное воспитание:</p> <p>Нравственное воспитание:</p> <p>Социально-коммуникативное воспитание:</p> <p>Трудовое воспитание:</p> <p>Гражданско-патриотическое воспитание:</p> <p>Экологическое воспитание:</p>	5	5
	Всего:		68	

№ п/п	Виды программного материала	Количество часов
		4 класс
1	Легкая атлетика	16
2	Подвижные и народные игры	12
3	Спортивные игры	8
4	Гимнастика	14
5	Подвижные игры с элементами баскетбола	8
6	Лыжная подготовка	10

	Всего:	68
--	--------	----

Планирование в 4 классе на 2024-2025 учебный год.

№	Тема урока	Часы учебного времени	Планируемые результаты			Плановые сроки прохождения	Фактические сроки прохождения
		68	Метапредметные	Предметные	Личностные		
Легкая атлетика							
1	Вводный инструктаж по Т.Б. Инструкция ТБ по лёгкой атлетике. Обучение. Ходьба и бег.	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью.	Вводный инструктаж по Т.Б. Инструкция ТБ по лёгкой атлетике. Обучение. Ходьба и бег.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.		
2	Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Обучение. Бег с ускорением 30м. Игра «Пятнашки».	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение.	Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Обучение. Бег с ускорением 30м. Игра «Пятнашки».	Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.		
3	Урок-соревнование. Тестирование: бег 30м. Эстафеты.	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии	Урок-соревнование. Тестирование: бег 30м. Эстафеты.	Научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.		

			для решения коммуникативных задач.				
4	Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Тестирование: челночный бег 3*10. Игра «Вызов номеров».	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Тестирование: челночный бег 3*10. Игра «Вызов номеров».	Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.		
5	Прыжки. Обучение прыжка с места. Игра «С кочки на кочку».	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию.	Прыжки. Обучение прыжка с места. Игра «С кочки на кочку».	Осваивать технику прыжковых упражнений.		
6	Урок-соревнование. Тест: прыжок в длину с места. Соревнования: кто дальше прыгнет?	1	Коммуникативные : <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью.	Урок-соревнование. Тест: прыжок в длину с места. Соревнования: кто дальше прыгнет?	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении контрольных упражнений .		

7	Прыжки. Совершенствование прыжка в длину. Игра «Попрыгунчики-воробушки».	1	Коммуникативные : <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.	Прыжки. Совершенствование прыжка в длину. Игра «Попрыгунчики-воробушки».	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.		
8	Урок-соревнование. Тестирование: подтягивание; наклон туловища. Игра «Охотники и утки».	1	Коммуникативные : инициативное сотрудничество - <i>формулировать свои затруднения.</i>	Урок-соревнование. Тестирование: подтягивание; наклон туловища. Игра «Охотники и утки».	Излагать правила и условия проведения подвижных игр.		
Спортивные игры							
9	ТБ на уроках спортивными играми. Пас и его значение для спортивных игр с мячом	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося.		
10	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила	Выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,		

			спортивной игры в «Футбол»;				
11	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол»;	Выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,		
12	Урок-игра. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативные : планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Урок-игра. Игры по выбору детей.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
Баскетбол							
13	ТБ на уроках спортивных играх Взаимодействие двух игроков	1	Повторить ТБ на уроках спортивной игры Баскетбол. Уметь выполнять ведение мяча в движении.	осуществлять действия по образцу и заданному правилу; водить мяч в движении с сопротивлением защитника, бросать одной рукой от головы после двух шагов, играть в	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности.		

				спортивную игру «Баскетбол»			
14	Взаимодействие двух игроков в баскетболе	1					
Волейбол							
15	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Повторить основные правила игры.	Выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности.		
16	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	Выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности.		
Гимнастика с элементами акробатики							
17	Инструктаж Т.Б по гимнастике. Гимнастика с основами акробатики. Акробатика	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы и	Инструктаж Т.Б по гимнастике. Гимнастика с основами акробатики.	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих		

	Игра «Чья березка лучше?».		обращаться за помощью.	Акробатика Игра «Чья березка лучше?».	упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.		
18	Урок-соревнование. Лучший акробат. Эстафеты с предметами.	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Урок-соревнование. Лучший акробат. Эстафеты с предметами.	Излагать правила и условия проведения соревнований.		
19	Акробатика. Совершенствование акробатических элементов. Игра. «Кто быстрее станет в строй?».	1	Коммуникативные : управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль.	Акробатика. Совершенствование акробатических элементов. Игра. «Кто быстрее станет в строй?».	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.		

20	Акробатика Совершенствование акробатических элементов. Игры и эстафеты с мячами, скакалками.	1	Коммуникативные : управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль.	Акробатика Совершенствование акробатических элементов. Игры и эстафеты с мячами, скакалками.	Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.		
21	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей. Игра-эстафета с набивными мячами.	1	Коммуникативные : <i>управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей. Игра-эстафета с набивными мячами.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Различать и выполнять строевые команды . Описывать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.		
22	Опорный прыжок, прикладная гимнастика. Развитие силовых и координационных способностей. Игра. «Иголочка и ниточка».	1	Коммуникативные : <i>взаимодействие</i> - строить для партнера понятные высказывания.	Опорный прыжок, прикладная гимнастика. Развитие силовых и координационных способностей.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений		

				Игра. «Иголочка и ниточка».	прикладной направленности. Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.		
23	Опорный прыжок, прикладная гимнастика. Развитие силовых и координационных способностей. Игра «Преодолей скамейку».	1	Коммуникативные : <i>управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Опорный прыжок, прикладная гимнастика. Развитие силовых и координационных способностей. Игра «Преодолей скамейку».	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.		
24	Висы. Строевые Упражнения. Развитие силовых способностей. Эстафеты с набивными мячами.	1	Коммуникативные : <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения.	Висы. Строевые Упражнения. Развитие силовых способностей. Эстафеты с набивными мячами.	Проявлять силу и выносливость при выполнении гимнастических упражнений.		
25	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей.	1	Коммуникативные : <i>планирование учебного сотрудничества</i> - слушать собеседника,	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей.	Проявлять силу и выносливость при выполнении гимнастических упражнений.		

	Эстафеты с набивными мячами сидя на скамейке.		задавать вопросы; использовать речь.	Эстафеты с набивными мячами сидя на скамейке.			
26	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с предметами и без предметов.	1	Коммуникативные : <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с предметами и без предметов.	Развивать физические качества. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.		
27	Урок-соревнование. Игры и эстафеты с обручами и скакалками.	1	Коммуникативные : <i>планирование учебного сотрудничества</i> - слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь.	Урок-соревнование. Игры и эстафеты с обручами и скакалками.	Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений прикладной направленности.		
28	Акробатика. Совершенствование акробатических элементов. Игра. «Кто быстрее станет в строй?».	1	Коммуникативные : управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль.	Акробатика. Совершенствование акробатических элементов. Игра. «Кто быстрее станет в строй?».	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки		

					при выполнении акробатических упражнений.		
29	Акробатика Совершенствование акробатических элементов. Игры и эстафеты с мячами, скакалками.	1	Коммуникативные : управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль.	Акробатика Совершенствование акробатических элементов. Игры и эстафеты с мячами, скакалками.	Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.		
30	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей. Игра-эстафета с набивными мячами.	1	Коммуникативные : <i>управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Висы. Строевые упражнения. Развитие силовых способностей. Игра-эстафета с набивными мячами.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Различать и выполнять строевые команды. Описывать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.		

Подвижные и народные игры							
31	Инструкция ТБ по подвижным играм. Развитие ловкости, быстроты, координации движений, внимания. Игра «Два мороза». Эстафеты.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Инструкция ТБ по подвижным играм. Развитие ловкости, быстроты, координации движений, внимания. Игра «Два мороза». Эстафеты.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
32	Урок-игра. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Урок-игра. Игры по выбору детей.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
Лыжная подготовка							
33	Инструкция Т.Б. по лыжной подготовке. Развитие внимания и ловкости.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества -	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в		

			определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	условиях учебной и игровой деятельности.	условиях учебной и игровой деятельности.		
34	Подвижные игры на снегу. Совершенствование техники ходьбы под счет, самостоятельного скольжения.	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах. Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах. Моделировать технические действия в игровой деятельности.		
35	Урок-Соревнование. Пройди круг без остановки. 300м».	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах и в скольжении. Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах и в скольжении. Моделировать технические действия в игровой деятельности.		
36	Подвижные игры на снегу. Совершенствование	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества -	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах.		

	внимания, ловкости, быстроты и смелости.		определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.				
37	Подвижные игры на снегу. Совершенствование внимания, ловкости, быстроты и смелости.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах.	Осваивать технические действия в ходьбе на лыжах.		
38	Урок-соревнование. Развитие ловкости, координации. Игра «Перестрелка». Чей след ровнее».	1	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью;	Развивать физические качества. Проявлять ловкость и координацию в игровой деятельности.	Развивать физические качества. Проявлять ловкость и координацию в игровой деятельности.		

			проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.				
39	Лыжная подготовка.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать технические действия в ходьбе. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий .	Осваивать технические действия в ходьбе. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий .		
40	Подвижные игры на основе лыжной подготовки. Совершенствование ходьбы, бега, бросков.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать универсальные умения управлять лыжами во время учебной и игровой деятельности.	Осваивать универсальные умения управлять лыжами во время учебной и игровой деятельности.		

41	Урок-соревнование Развитие силы, быстроты, ловкости и внимания. Эстафеты на лыжах.	1	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Развивать физические качества. Проявлять силу, быстроту, ловкость и внимание в игровой деятельности.	Развивать физические качества. Проявлять силу, быстроту, ловкость и внимание в игровой деятельности.		
42	Подвижные игры на основе лыжной подготовки. Совершенствование скольжения по прямой.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.		

43	Подвижные игры на основе лыжной подготовки. Совершенствование скольжения по прямой.	1	Коммуникативны е: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; до-говариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.		
44	Подвижные игры на основе лыжной подготовки. Совершенствование скольжения по прямой.	1	Коммуникативны е: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; до-говариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.	Осваивать: <i>Технику скольжения и ходьбу на лыжах.</i> Взаимодействовать в парах и в одиночку в подвижных играх.		
Подвижные игры на основе баскетбола							
45	Инструкция Т.Б. по подвижным играм на основе баскетбола. Изучение ловли и передачи мяча на месте.	1	Коммуникативны е: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и	Инструкция Т.Б. по подвижным играм на основе баскетбола. Изучение ловли и передачи мяча на	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и		

	Броски мяча в цель. Игра «Лови - не лови».		пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	месте. Броски мяча в цель. Игра «Лови - не лови».	игровой деятельности.		
46	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли и передачи мяча на месте. Броски мяча в цель. Игра «Передал-садись».	1	Коммуникативные : инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли и передачи мяча на месте. Броски мяча в цель. Игра «Передал-садись».	Осваивать технические действия в баскетболе. Моделировать технические действия в игровой деятельности.		
47	Урок-соревнование. Эстафеты с мячами .Игра «Мяч среднему».	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Урок-соревнование. Эстафеты с мячами . Игра «Мяч среднему».	Осваивать технические действия в баскетболе. Моделировать технические действия в игровой деятельности.		
48	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование бросков в цель. Изучение ведения мяча на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование бросков в цель. Изучение ведения мяча на месте. Игра	Осваивать технические действия в баскетболе. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических		

			достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	«Гонка мячей по кругу».	действий в баскетболе.		
49	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли, передачи, бросков, ведения мяча на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли, передачи, бросков, ведения мяча на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в баскетболе .		
50	Урок-игра. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Урок-игра. Игры по выбору детей.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
51	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование	1	Коммуникативные: планирование учебного	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование	Осваивать технические действия в баскетболе.		

	ловли, передачи, бросков, ведения мяча на месте. «Мяч соседу».		сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	ловли, передачи, бросков, ведения мяча на месте. «Мяч соседу».	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в баскетболе.		
52	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли, передачи, бросков, ведения мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Подвижные игры на основе баскетбола. Совершенствование ловли, передачи, бросков, ведения мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.		
Легкая атлетика							
53	Инструкция Т.Б. по лёгкой атлетике. Ходьба и бег. Повторение бег с ускорением 30 м. Эстафеты.	1	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать	Инструкция Т.Б. по лёгкой атлетике. Ходьба и бег. Повторение бег с ускорением 30 м. Эстафеты.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Описывать технику		

			собственное мнение.		беговых упражнений Осваивать технику бега.		
54	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний».	1	Коммуникативны е: инициативное сотрудничество - формулировать свои затруднения.	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний».	Проявлять качества выносливости при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений.		
55	Урок- Соревнование. Комплексное развитие физических и личностных качеств. Круговая эстафета.	1	Коммуникативны е: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Урок- Соревнование. Комплексное развитие физических и личностных качеств. Круговая эстафета.	Развитие физических и личностных качеств.		
56	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Игра «Охотники и утки».	1	Коммуникативны е: инициативное сотрудничество - слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания.	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. Игра «Охотники и утки».	Проявлять качества выносливости при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по		

					частоте сердечных сокращений.		
57	Метание. Осваивание техники метания. Эстафеты с набивными мячами.	1	Коммуникативны е: <i>взаимодействие</i> – - разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников.	Метание. Осваивание техники метания. Эстафеты с набивными мячами.	Осваивать технику метания малого мяча Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании мяча.		
58	Урок-соревнование. Развитие выносливости. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативны е: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	Урок-соревнование. Развитие выносливости. Игры по выбору детей.	Проявлять качества выносливости при выполнении контрольного упражнения.		
59	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости .Игра «Третий лишний».	1	Коммуникативны е: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью.	Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости .Игра «Третий лишний».	Проявлять качества выносливости при выполнении контрольного упражнения.		

60	Прыжки. Освоение техники прыжковых упражнений. Развитие скоростно – силовых способностей. Игра «Пингвин с мячом».	1	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию.	Прыжки. Освоение техники прыжковых упражнений. Развитие скоростно – силовых способностей. Игра «Пингвин с мячом».	Осваивать технику прыжковых упражнений Выявлять характерные ошибки в технике прыжковых упражнений		
Подвижные и народные игры							
61	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Игра «Точный расчет».	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Игра «Точный расчет».	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
62	Подвижные игры. Развитие скоростно- силовых способностей. Игра «Зайцы в огороде».	1	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения	Подвижные игры. Развитие скоростно- силовых способностей. Игра «Зайцы в огороде».	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		

			коммуникативных и познавательных задач.				
63	Урок-игра. Развитие физических качеств. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Урок-игра. Развитие физических качеств. Игры по выбору детей.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
64	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Игра «Точный расчет».	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Игра «Точный расчет».	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
65	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Эстафеты.	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	Подвижные игры. Развитие скоростно - силовых способностей. Эстафеты.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		

66	Урок-игра. Комплексное развитие физических и личностных качеств Эстафеты.	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Урок-игра. Комплексное развитие физических и личностных качеств Эстафеты.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
67	Урок-игра. Игры по выбору детей.	1	Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		
68	Подвижные игры. Развитие ловкости, быстроты, координации движений, внимания. Игра «Лисы и куры».	1	Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.	Развивать физические качества и коллективизм учащихся в игровой деятельности.		

ФОРМЫ И СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала. Основной формой контроля является *сдача контрольного норматива*. Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА:

Основная литература: Основной учебник Лях В.И. «Физическая культура 1-4 классы», издательство «Просвещение», 2014 г. Учебник написан по «Комплексной программе физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» и соответствует Обязательному минимуму содержания образования по физической культуре, направленному на изучение и совершенствование школьниками своего организма, укрепление здоровья. Учебник содержит знания о физической культуре, комплексы упражнений для развития физических качеств; тесты для проверки физической подготовленности. Учебник написан доступным для учащихся младших классов языком, с широким применением рисунков и игровых форм подачи материала.

Дополнительная литература:

- Настольная книга учителя физической культуры/ Авт.-сост. Погадаев Г. И. Предисл. В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова.-2-е издание, перераб. И боп.- М.: Физкультура и спорт,-2000.
- К здоровью через движение: рекомендации, развивающие игры, комплексы упражнений. В.Ф. Феоктистова, Л.В. Плиева. 2010.
- М.П. Спирин, Л.В. Жилина Подвижные игры: теория ,понятия, методика проведения. Учебное пособие. Белгород 2010.
- Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа: стандарты второго поколения в 2 ч. Ч. 2. – М.: Просвещение, 2011.

Электронный адрес	Название сайта
http://www.beluno.ru:	Департамент образования, культуры и молодёжной политики Белгородской области
http://www.school.edu.ru:	Федеральный российский общеобразовательный портал
http://www.uroki.net/docfizcult.htm	сайт «УРОКИ. NET» (уроки для учителей)
http://www.sovsportizdat.ru/:	Издательский дом «Советский спорт»

http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/:	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
http://www.km.ru:	Мульти-портал компании «Кирилл и Мефодий»
http://www.uroki.ru:	Образовательный портал «Учеба»
http://www.uroki.net/docfizcult.htm	сайт «УРОКИ. НЕТ» (уроки для учителей)
http://www.shkola-press.ru	Журнал «Физическая культура в школе»
http://sportschools.ru/page.php?name=sport_classes	Каталог спортивных организаций

Спортивное оборудование:

гимнастика с основами акробатики: козел гимнастический, маты гимнастические, стенка гимнастическая, скамейки гимнастические, скакалки, обручи.

легкая атлетика: секундомер, мячи для метания вес 150 грамм, набивные мячи массой до 1 кг, гантели;

подвижные и спортивные игры: мячи футбольные, мячи волейбольные, мячи баскетбольные.

Примечания

При необходимости допускается интеграция форм обучения, например очного и электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий:

- поиск информации — работа с браузерами, базами данных, справочными системами и т. п.;
- общение — электронная почта, чаты, списки рассылки, online-форумы;
- публикация в сети — создание веб-страниц, сайтов.

Рассмотрим, каким образом можно использовать эти возможности для организации учебной деятельности учащихся.

Поиск информации:

поиск информации в интернете может сопровождать такие виды учебной работы, как:

- написание рефератов,
- сбор мультимедийного материала к теме,
- иллюстрирование своих текстов материалами из Интернета;

Общение:

- виртуальные встречи,
- переписка,
- обсуждение,

Публикация в сети:

- создание тематических веб-страниц,
 - публикация выпускных работ;
- технологических возможностей ДО на базе интернета:

1. Лекции. Лекции в системе дистанционного обучения могут быть представлены в различных видах:

- телевизионная лекция
- аудиолекция
- лекция через видеоконференцию
- электронная лекция

2. Консультации. Могут быть индивидуальными и групповыми (но не более 5–7 человек одновременно). Они могут проводиться в реальном (чат, телефон, ICQ, Skype) и отложенном (электронная почта, форум) времени.

3. Семинары (групповое обсуждение слушателями темы учебной программы под руководством преподавателя). Могут быть реализованы с помощью:

- видеоконференции
- чата
- форума

4. Проекты (групповые, индивидуальные исследовательские, творческие, информационные, техническая база: все сервисы интернета).

5. Лабораторно-практические занятия.

- виртуальный лабораторный практикум (имитация эксперимента)
- работа с приборами на удалении (сетевой удаленный доступ к реальным лабораторным установкам).

6. Индивидуальные задания (эссе, рефераты, задачи и др.).

7. Контроль (онлайн-тестирование);