

Ростовская область Тарасовский район х. Россошь
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Туроверо-Россошанская основная общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО на заседании МО учителей естественно- математического цикла Протокол № 1 от <u>27.08.2021 г.</u> Руководитель МО _____ (Будкова О.В.)	СОГЛАСОВАНО с заместителем директора по УВР Тимошенко Т.И. <u>27.08.2021 г.</u> _____ (Подпись)	ПРИНЯТО на заседании Педагогического Совета Протокол № 1 от <u>27.08.2021 г.</u> Председатель _____ В.Б. Тимошенко	УТВЕРЖДАЮ Директор _____ В.Б. Тимошенко. Приказ от 27.08.2021 г. № 101
--	--	---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Уровень общего образования, класс: начальное общее, 1 класс

Количество часов в неделю: 3 часа

Учитель: Авакян К.О.

Квалификационная категория: соответствие занимаемой должности

2021 – 2022 учебный год.

РАЗДЕЛ 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа составлена с учетом основных нормативных правовых документов:

Законов:

- Федерального Закона от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 24.04.2015 № 362-ЗС).

Программ:

- Примерной основной образовательной программы начального общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15).

Приказов:

- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);
- Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Приказ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897»;
- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 № 345 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»
- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Туроверо-Россошанской основной общеобразовательной школы;
- основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Туроверо-Россошанской ООШ;
- Положение о порядке утверждения и структуре рабочих программ учебных курсов (предметов) дисциплин (модулей) МБОУ Туроверо-Россошанской ООШ;
- Учебный план МБОУ Туроверо-Россошанской ООШ на 2021-2022 учебный год;

- Годовой календарный учебный график МБОУ Туроверо-Россошанской ООШ на 2021-2022 учебный год;
- авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2012);
- учебник «Физическая культура» -1-4 класс, В.И. Лях; М: Просвещение- 2019 г.

Цели и задачи:

На основании Концепции развития физической культуры целью преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы является создание условий для обеспечения высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура», повышения его воспитательного и оздоровительного потенциала в образовательных организациях на основе модернизации системы физического воспитания в соответствии с социальными запросами общества и перспективными задачами развития Российской Федерации в современном мире.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **образовательных задач:**

повышение у обучающихся мотивации к регулярным занятиям физической культурой и формирование навыков здорового образа жизни.

содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

овладение школой движений;

развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей; выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта.

Технологии, применяемые в обучении: здоровьесберегающие технологии, игровые, информационно-коммуникативные, технологии разноуровневой дифференциации, соревновательные, блочно-модульные технологии, стимулирующие, защитно-профилактические, технология личностно-ориентированного обучения.

Формы контроля: предварительный, текущий, оперативный или периодический, итоговый контроль, групповая, фронтальная и индивидуальная форма контроля.

Место предмета «Физическая культура» в учебном плане

В учебном плане МБОУ Туроверо-Россошанской ООШ на предмет «Физическая культура» в 1 классе начальной школы отводится 3 ч в неделю. Курс рассчитан на **100 ч** в 1 классе, так как 3 часа приходятся на праздничные дни (23.02;02.05;09.05;) и 3 часа приходятся на дополнительные каникулы в соответствии с производственным календарём на 2021 – 2022 учебный год, то **фактически курс рассчитан на 97 уч. часов**. Программный материал будет реализован полностью за счёт уплотнения уроков повторения.

РАЗДЕЛ 2. ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА"

Предметные результаты

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

- овладение умениями организовывать здоровье - сберегающую 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 др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса:

должны уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;

получат возможность иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

Демонстрировать уровень физической подготовленности

№	Физические способности	Контрольные упражнения (тесты)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек	7,5 и выше	7,3-6,2	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,4	5,8 и ниже

2	Силовые	Подтягивание из виса (м), из виса лёжа (д), кол-во раз	1 и ниже	2-3	4 и выше	2 и ниже	4-8	12 и выше
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	100 и ниже	115-135	155 и выше	85 и ниже	110-130	150 и выше
4	Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек	11,2 и выше	10,8-10,3	9,9 и ниже	11,7 и выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
		Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток, кол-во попаданий	1 и ниже	2	3 и выше	1 и ниже	2	3 и выше
5	Гибкость	Наклон вперёд сидя на полу, см	1 и ниже	3-5	9 и выше	2 и ниже	6-9	12 и выше
6	Выносливость	6-минутный бег, м	700 и ниже	750-900	1100 и выше	500 и ниже	550-800	900 и выше
		Прыжки через скакалку за 1 мин, кол-во раз	50 и ниже	55-70	75 и выше	70 и ниже	75-90	95 и выше

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

РАЗДЕЛ 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

№ п/п	Основное содержание по темам.	Характеристика основных видов деятельности учащихся.	Универсальные учебные действия.
1.	Знание о физической культуре: в процессе урока.		
	Понятие о физической культуре	<i>Определять</i> и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими	Познавательные: знать историю возникновения физической культуры и спорта, определять и кратко

		упражнениями, подвижными и спортивными играми	<p>характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма, выявлять различие в основных способах передвижения человека, определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизм, определять состав спортивной одежды, в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию.</p> <p>Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения, слышать и слушать друг друга.</p>
	Основные способы передвижения человека	<i>Выявлять</i> различие в основных способах передвижения человека.	
	Возникновение физической культуры у древних людей	<i>Пересказывать</i> тексты по истории физической культуры. <i>Анализировать</i> причины возникновения физической культуры	
	Физические упражнения	<i>Различать</i> упражнения по воздействию на различные группы мышц	
	Физические качества человека	<i>Давать характеристику</i> основных физических качеств	
2.	Способы физкультурной деятельности (в процессе урока)		
	Режим дня	<i>Составлять</i> индивидуальный режим дня.	<p>Познавательные: правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками; определять основные показатели физического развития и физических способностей и выявлять их прирост в течение учебного года; оформлять дневник самоконтроля по основным разделам физкультурно-</p>
	Утренняя зарядка	<i>Отбирать и составлять</i> комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.	
	Физкультминутки и физкультпаузы	<i>составлять</i> комплексы упражнений для физкультминуток.	
	Понятие правильной осанки	<i>Составлять</i> комплексы	

		упражнений для формирования правильной осанки. <i>Контролировать</i> осанку в течение дня	оздоровительной деятельности и уровню физического состояния, использовать подвижные игры для активного отдыха.
Спортивно-оздоровительная деятельность			
3.	Гимнастика с основами акробатики: 17 часов.		
	<i>Организирующие команды и приемы</i>	<i>Уметь:</i> выполнять строевые команды <i>Осваивать</i> универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений <i>Различать и выполнять</i> строевые команды «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Смирно!» «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!».	Познавательные: описывать и осваивать технику выполнения акробатических упражнений, упражнений на снарядах, на узкой опоре, упражнений в лазании и перелазании, опорных прыжков, танцевальных упражнений, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, различать и выполнять строевые команды. Коммуникативные: конструктивно разрешать конфликты посредством интереса сторон и сотрудничества; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,
	<i>Акробатические упражнения</i>	<i>Уметь:</i> выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации <i>Описывать</i> технику разучиваемых акробатических упражнений <i>Осваивать</i> технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений <i>Выявлять</i> характерные ошибки при	Регулятивные: адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих.

		выполнении акробатических упражнений	
	<i>Снарядная гимнастика</i>	<p><i>Уметь:</i> лазать по канату; выполнять строевые упражнения, опорный прыжок, упражнения в равновесии на повышенной опоре.</p> <p><i>Описывать</i> технику гимнастических упражнений на снарядах</p> <p><i>Осваивать</i> технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании гимнастических упражнений</p> <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений</p> <p><i>Проявлять</i> качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций</p>	
	<i>Гимнастические упражнения прикладного характера</i>	<p><i>Уметь:</i> лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок, подтягиваться в висе на высокой и низкой перекладине</p> <p><i>Описывать</i> технику гимнастических упражнений прикладной направленности</p>	

		<p><i>Осваивать</i> технику гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности</p> <p><i>Проявлять</i> качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности</p>	
4.	Легкая атлетика: 20 часов.		
	<p><i>Беговые упражнения</i></p>	<p><i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (<i>до 60 м</i>), равномерным медленным бегом до 8 мин. Преодолевать простейшие препятствия.</p> <p><i>Описывать</i> технику беговых упражнений</p> <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике беговых упражнений</p> <p><i>Осваивать технику бега</i></p>	<p>Познавательные: усваивать основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объяснять их назначение; описывать и осваивать технику беговых упражнений, прыжков и метаний; усваивать правила соревнований в беге, прыжках и метаниях; выбирать индивидуальный темп передвижений, контролировать темп бега по частоте сердечных сокращений.</p> <p>Коммуникативные: конструктивно разрешать конфликты посредством</p>

		<p><i>различными способами</i></p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений</p>	<p>интереса сторон и сотрудничества; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих.</p>
	<i>Прыжковые упражнения</i>	<p><i>Осваивать</i> технику прыжковых упражнений</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении прыжковых упражнений</p> <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p>	
	<i>Броски, метание</i>	<p><i>Уметь:</i> правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы на дальность с места из различных положений.</p> <p><i>Описывать</i> технику бросков</p>	

		<p>большого набивного мяча. <i>Осваивать</i> технику бросков большого набивного мяча. <i>Соблюдать</i> правила ТБ при выполнении бросков большого набивного мяча. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении бросков большого набивного мяча.</p>	
5.	Подвижные и спортивные игры: 41 часов.		
	Подвижные игры	<p><i>Уметь:</i> играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием <i>Осваивать</i> универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр <i>Осваивать</i> двигательные действия составляющие содержание подвижных игр <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх <i>Моделировать</i> технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач</p>	<p>Познавательные: описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно; организовывать и проводить подвижные игры. Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе игровой деятельности. Регулятивные: овладевать способностью сохранять и принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p>

		<p><i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>	
	Подвижные игры с элементами спортивных игр	<p><i>Уметь</i>: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр</p> <p><i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p><i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр</p> <p><i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности</p> <p><i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>	

РАЗДЕЛ 4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Тема раздела.	Домашнее	Виды	Планир.	Фактич.
---	---------------	----------	------	---------	---------

п/п	Тема урока.	задание	Контроля.	дата.	дата.
І.четверть.					
Легкоатлетические упражнения (11 часов).					
1	Инструктаж по ТБ. Урок – сказка. Понятие о физической культуре		Предварительный	1.09.	
2	Урок – путешествие Бег 30 метров П/и «Вызов номеров». Понятие «короткая дистанция».		Групповой	3.09.	
3	Бег 60 метров П/и «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция».		Текущий	6.09	
4			Текущий	8.09.	
5	Спортивный калейдоскоп. Бег 60 м. ОРУ. П/и «Вызов номеров».		Групповой	10.09.	
6	Эстафеты Прыжковые упражнения. П/и «Зайцы в огороде».		Текущий	13.09.	
7			Текущий	15.09.	
8	Прыжковые эстафеты. Прыжок в длину с места. П/и «Лисы и куры».		Фронтальный	17.09.	
9	Урок-игра. Метания мяча. П/и «К своим флажкам».		Текущий	20.09.	
10	Метания мяча. П/и «Попади в мяч».		Текущий	22.09.	
11	Метания мяча. Урок-игра. П/и «Кто дальше бросит».		Фронтальный	24.09.	
Кроссовая подготовка (11 часов)					
12	Равномерный бег 3мин. П/и «Пятнашки». Понятие «скорость бега». Спортивный марафон.		Групповой	27.09.	
13			Групповой	29.09.	
14	Спортивный марафон Равномерный бег 4мин. П/и «Горелки». ОРУ. Спортивный марафон		Групповой	1.10.	
15			Групповой	4.10.	
16	Равномерный бег 5мин. П/и «Третий лишний». Понятие «здоровье».		Групповой	6.10.	
17			Групповой	8.10.	
18	Спортивный калейдоскоп. Равномерный бег 6мин. П/и «Октябрята».		Групповой	11.10.	
19			Групповой	13.10.	

	Спортивный калейдоскоп.				
20	Равномерный бег 7мин. П/и «Конники-спортсмены».		Групповой	15.10.	
21			Групповой	18.10.	
22	Равномерный бег 8мин. П/и «Гуси-лебеди».		Групповой	20.10.	
Подвижные игры (5 часов).					
23	Урок-игра. П/и «К своим флажкам», «Два Мороза!»		Текущий	22.10.	
24			Текущий	25.10	
25	Урок-игра. П/и «Класс Смирно!», «Октябрята!»		Текущий	27.10	
26			Текущий	29.10	
27	Урок-игра П/и «метко в цель!», «Погрузка арбузов!»		Текущий	8.10.	
II. четверть. Гимнастика (17 часов).					
28	Инструктаж по Т.Б. Перекаты в группировке. П/и «Пройти бесшумно».		Фронтальный	10.11.	
29	Перекаты в группировке. П/и «Совушка». Название основных гимнастических снарядов.		Фронтальный	12.11.	
30	Перекаты в группировке. П/и «Совушка».		Фронтальный	15.11.	
31			Фронтальный	17.11.	
32	Перекаты в группировке. П/и «Космонавты».		Фронтальный	19.11	
33			Фронтальный	22.11.	
34	Упражнения в равновесии. П/и «Змейка».		Текущий	24.11.	
35			Текущий	26.11.	
36	Стойка на носках на одной ноге на г/с. П/и «Не ошибись!».		Текущий	29.11.	
37	Ходьба по г/с, с перешагиванием через мячи. П/и «Не ошибись!».		Текущий	1.12.	
38	Ходьба по г/с, с перешагиванием через мячи. П/и «Не ошибись!».		Текущий	3.12.	
39			Текущий	6.12.	
40	Лазания по гимн стенке. Перелезание через коня. П/и		Групповой	8.12.	
41	«Ниточка и иголочка».		Групповой	10.12.	

42	Лазания по гимн стенке. Перелезание через коня. П/и «Фигуры».		Групповой	13.12.	
43	Лазания по гимн стенке. Подтягивание. Перелезание. П/и «Светофор».		Групповой	15.12.	
44	Подтягивание. Перелезание. П/и «Три движения».		Групповой	17.12.	
Подвижные игры (4 часа).					
45	П/и «метко в цель!», «Погрузка арбузов!»		Текущий	20.12.	
46	П/и «Через кочки и пенёчки», «Кто дальше бросит»		Текущий	22.12.	
47			Текущий	24.12.	
48	П/и «Волк во рву», «Посадка картошки»		Текущий	27.12.	
III. четверть. Подвижные игры (11 часов).					
49	П/и «Волк во рву», «Посадка картошки»		Текущий	10.01.	
50	. П/и «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки»		Текущий	12.01.	
51			Текущий	14.01.	
52	П/и «Пятнашки», «Два мороза»		Текущий	17.01.	
53	П/и «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки»		Текущий	19.01.	
54	П/и «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки»		Текущий	21.01.	
55			Текущий	24.01.	
56	П/и «Лисы и куры», «Точный расчёт»		Текущий	26.01.	
57			Текущий	28.01.	
58	П/и «Удочка», «Компас»		Текущий	31.01.	
59			Текущий	2.02.	
Подвижные игры на основе баскетбола (15 часов)					
60	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча. П/и «Бросай и поймай».		Групповой	4.02.	
61			Групповой	7.02.	
62	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча. П/и «Передача мячей в колоннах».		Групповой	9.02.	
63			Групповой	11.02.	

64	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча. П/и «Мяч соседу»..		Групповой	21.02.	
65			Групповой	25.02.	
66	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча П/и «Гонка мячей по кругу».		Групповой	28.02.	
67			Групповой	2.03.	
68	Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. П/и «Передал-садись».		Групповой	4.03.	
69			Групповой	5.03.	
70	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча. П/и «Выстрел в небо».		Групповой	9.03.	
71			Групповой	11.03.	
72	Ловля и передача мяча снизу на месте. П/и «Охотники и утки».		Групповой	14.03.	
73			Групповой	16.03.	
74	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. П/и «Круговая лапта».		Групповой	18.03.	
IV. четверть.					
Подвижные игры на основе баскетбола (6 часов).					
75	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача, ведение мяча на месте. П/и «Мяч в обруч».		Групповой	21.03.	
76			Групповой	1.04.	
77	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача, ведение мяча на месте. П/и «Не давай мяч водящему».		Групповой	4.04.	
78			Групповой	6.04.	
79	Бросок мяча снизу. Ловля и передача, ведение мяча на месте. П/и «Перестрелка».		Групповой	8.04.	
80			Групповой	11.04.	
Кроссовая подготовка (7 часов)					
81	Равномерный бег 3мин. П/и «Пятнашки».		Групповой	13.04	
82	Равномерный бег 4мин. П/и «Октябрята».		Групповой	15.04.	
83	Равномерный бег 6мин. П/и «Два мороза».		Групповой	18.04.	
84	Равномерный бег 7мин. П/и «Третий лишний». ОРУ.		Групповой	20.04.	
85			Групповой	22.04.	
86	Равномерный бег 8мин. П/и «Вызов номеров». ОРУ.		Групповой	25.04.	
87			Групповой	27.04	
Легкоатлетические упражнения (9 часов).					

88	Бег 30м. П/и «Воробьи и вороны».		Текущий	29.04.	
89	Бег 30м. ОРУ. П/и «День и ночь».		Текущий	4.05.	
90			Групповой	6.05.	
91	Прыжок в длину с разбега П/и «Кузнечики».		Текущий	11.05.	
92	Прыжок в длину с разбега П/и «Прыжок за прыжком».		Фронтальный	13.05..	
93	Метание малого мяча. П/и «Попади в мяч».		Текущий	16.05.	
94			Текущий	18.05.	
95	Метание набивного мяча. П/и «Защита укреплений».		Текущий	20.05.	
96	Метание набивного мяча. П/и «Защита укреплений».		Текущий	23.05.	
97	Метание малого мяча. Метание набивного мяча П/и «Снайперы».		Фронтальный	25.05	

РАЗДЕЛ 5. КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ и КИМЫ

1. Основными показателями развития учащихся 1-х классов являются:

- учебно-познавательный интерес;
- самостоятельность суждений, критичность по отношению к своим и чужим действиям;
- основы самостоятельности;
- способность к преобразованию изученных способов действия в соответствии с новыми условиями задачи.

2. Содержательный контроль и оценка учащихся должны быть направлены на выявление индивидуальной динамики развития первоклассников (от начала учебного года к концу) с учетом личностных особенностей и индивидуальных успехов.

3. Динамика развития учащихся фиксируется учителем.