

**Государственное казённое общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Подпорожская школа-интернат,
реализующая адаптированные образовательные программы»**

Принята

на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 30 августа 2019года

Утверждена

приказом ГКОУ ЛО
«Подпорожская школа-интернат»
№ 116 от 02 сентября 2019года

**Адаптированная рабочая общеобразовательная программа
по предмету «Физкультура»
3 класс
на 2019 – 2020 учебный год**

Ответственный за реализацию программы
Учитель Геман Мария Вячеславовна

г.Подпорожье
2019 год

Структура рабочей программы

1. Пояснительная записка.
2. Место предмета в учебном плане.
3. Планируемые результаты освоения программы.
4. Содержание программы.
5. Система оценки достижения планируемых результатов.
6. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.
7. Календарно-тематическое планирование.
8. Лист внесения изменений.
9. Приложение.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Физкультура» составлена на основе АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФГОС для обучающихся с УО . Программа курса реализует основные положения Концепции о стандартах специального образования. В системе предметов образовательной школы курс «Физическая культура» входит в обязательную часть предметных областей учебного плана.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся, воспитанников к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач:

Основная цель изучения физкультуры заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета

Разнородность состава обучающихся, воспитанников начального звена по психических, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребёнка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;

- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Психолого-педагогическая характеристика

Специфика деятельности обучающихся, воспитанников с нарушениями интеллекта на уроках физической культуры — чрезмерная двигательная реактивность, интенсивная эмоциональная напряженность, яркое проявление негативного отношения к занятиям и даже к окружающим детям и взрослым. Учитель свои требования должен сочетать с уважением личности ребенка, учетом уровня его физического развития и физической подготовки.

Обучающиеся, воспитанники должны на уроке проявлять больше самостоятельности при постоянном контроле и помощи учителя. Определяя содержание занятий, следует исходить из конкретных задач обучения и особенностей контингента обучающихся, воспитанников.

Среди различных показателей эффективности процесса воспитания на уроках физической культуры важное значение имеет активность обучающихся, воспитанников, дисциплинированность, взаимопомощь, внешний вид, наличие соответствующей спортивной одежды, бережное отношение к оборудованию и инвентарю. Огромную роль играет личность учителя.

При прохождении каждого раздела программы необходимо предусматривать задания, требующие применения сформированных навыков и умений в более сложных ситуациях (соревнования, смена мест проведения занятий, увеличение или уменьшение комплексов упражнений и т. д.)

Характерной особенностью детей с недостатками интеллекта является наличие у них разнообразных нарушений физического и психического развития.

У многих обучающихся, воспитанников наблюдаются нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы, замечено отставание в росте, весе, непропорциональное телосложение и т.д; нередко имеют место стертые двигательные нарушения, которые могут быть незамеченными в бытовых условиях-проявляются только при увеличении физической нагрузки.

Двигательная недостаточность особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно- временной организации моторного акта.

Недоразвитие интеллекта, в частности речи, добавляется к характеристике физического недоразвития и это приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, требует дополнительного внимания учителя физкультуры.

В классах имеются дети с хорошо развитой моторикой - это обуславливает необходимость дифференцированного индивидуального подхода. Учитель физкультуры должен хорошо знать потенциальную специфику каждого нарушения.

Учитель должен плотно работать с врачом школы - только так можно успешно решать коррекционные задачи, стоящие перед ним.

Особого внимания требуют дети с эпилепсией, заболеваниями ЦНС- для них важен особый охранительный режим, исключающий перегрузки.

Условно 3 класс можно разделить на 2 уровня. При отборе учебного материала в рабочей программе учтены возможности обучающихся, воспитанников по усвоению программы, умение практически применять на практике полученные знания. Программой предусмотрен дифференцированный подход, который основан на разграничении обучающихся по двум уровням усвоения образовательной программы.

1 уровень - Большинство осваиваемых движений выполняется обучающимися, воспитанниками активно, наблюдается согласованность в движениях рук и ног (в ходьбе и беге); обучающиеся, воспитанники хорошо реагируют на сигнал и действуют в соответствии с ним; выдерживают заданный темп, проявляют положительное эмоциональное отношение к двигательной деятельности, самостоятельно воспроизводят ранее освоенные движения.

2 уровень - Движения обучающихся, воспитанников – импульсивные, напряжённые, скованные, плохо скоординированные; реакция на сигнал замедленная, темп выполнения большинства упражнений медленный. В подвижных играх активны, эмоциональны, часто требуется помощь учителя, необходим дополнительный показ упражнений.

Особенности обучения

Недоразвитие познавательной, эмоционально-волевой и личностной сфер обучающихся с умственной отсталостью разных групп проявляется не только в качественных и количественных отклонениях от нормы, но и в глубоком своеобразии их социализации. Они способны к развитию. Хотя оно и осуществляется замедленно, атипично, а иногда с резкими изменениями всей психической деятельности ребенка. При этом, несмотря на многообразие индивидуальных вариантов структуры данного нарушения, перспективы образования обучающихся с умственной отсталостью детерминированы в основном степенью выраженности недоразвития интеллекта, при этом образование, в любом случае, остается нецензовым.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития разных групп обучающихся с УО позволяют выделить образовательные потребности, как общие для всех обучающихся с ОВЗ, так и специфические.

К общим потребностям относятся:

- Обязательность непрерывности коррекционно – развивающего процесса, реализуемого через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы;
- Раннее получение специальной помощи средствами образования.
- Психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и учениками;
- Психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;
- Постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Для обучающихся, воспитанников с легкой УО, характерны следующие специфические образовательные потребности:

- Увеличение сроков освоения адаптированной образовательной программы до 12 лет;
- Наглядно – действенный характер содержания образования;
- Упрощение системы учебно – познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- Введение учебных предметов, способствующих формированию представлений об естественных и социальных компонентах окружающего мира; отработка средств коммуникации, социально – бытовых навыков.
- Специальное обучение «переносу» сформированных знаний, умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- Обеспечение обязательности профильного трудового образования;

- Необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- Обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с умственной отсталостью;
- Использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;
- Стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним.

2. Место предмета в учебном плане

Данная программа адресована обучающимся 3 класса ГКОУ ЛО «Подпорожская школа – интернат, реализующая адаптированные образовательные программы».

Программа рассчитана на 1 год.

Объём учебного времени: 102 часа.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: 3 часа в неделю.

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения годового календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы обучающимися, воспитанниками. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

3. Планируемые результаты освоения программы

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень овладения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

Предметные результаты освоения учебного предмета физическая культура на конец обучения в младших классах:

Минимальный уровень:

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- представления о правильной осанке; видах ходьбы под музыку; корригирующих упражнений в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положение тела (стоя, сидя, лёжа), упражнениях для укрепления мышечного корсета;
- представления о двигательных действиях; знание строевых команд; умение вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;

- представления о способах организации и проведения подвижных игр и элементов соревнований со сверстниками;
- представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

Достаточный уровень:

- знания о физической культуре как средства укрепления здоровья, физического развития;
- выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- знание видов двигательной активности в процессе физического воспитания; выполнение двигательных действий; умение подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- умение оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;
- знание правил, техники выполнения двигательных действий;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях;
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.

Личностные учебные действия	активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
	проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
	оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов
Коммуникативные учебные действия	вступать в контакт и работать в коллективе (учитель -ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс)
	обращаться за помощью и принимать помощь
	сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях
Регулятивные учебные действия	ориентироваться в пространстве спортивного зала
	работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее место
	оценка собственного поведения и поведения окружающих
Познавательные учебные	анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их

действия	улучшения
	изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью
	объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их

4. Содержание программы

В программе по физической культуре в 3 классе выделяют следующие разделы:

Основы знаний

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Лёгкая атлетика

Ходьба.

Бег.

Прыжки.

Метание.

Гимнастика.

Строевые упражнения.

Лазанье.

Висы.

Равновесие.

Гимнастика с элементами акробатических упражнений.

Лыжная подготовка.

Подвижные игры («Пионербол для 4 класса»)

Игры с элементами общеразвивающих упражнений

Игры с бегом и прыжками

Игры с бросанием, ловлей и метанием

Содержание курса соответствует требованиям, предъявляемым Федеральным компонентом. Рабочая программа составлена на 102 часа в год, 3 часа в неделю.

№	Название раздела	Количество часов
	1 четверть.	27ч.
1.	Основы знаний.	в процессе урока
2.	Легкая атлетика.	20ч.
3.	Подвижные игры.	7ч.
	2 четверть.	21ч.
1.	Основы знаний.	в процессе урока
2.	Гимнастика.	16ч.
3.	Подвижные игры.	5ч.
	3 четверть.	33ч.
1.	Основы знаний.	в процессе урока
2.	Лыжная подготовка.	20ч.
3.	Гимнастика с элементами акробатических упражнений.	8ч.
4.	Подвижные игры.	5ч.
	4 четверть.	21ч.

1.	Основы знаний.	в процессе урока
2.	Легкая атлетика.	16ч.
3.	Подвижные игры.	5ч.
	Итого: 102 часа.	

5. Система оценки достижения планируемых результатов

Результаты достижений обучающихся с умственной отсталостью в овладении АООП являются значимыми для оценки качества образования обучающихся.

При определении подходов к осуществлению оценки результатов целесообразно опираться на следующие принципы:

- 1) дифференциации оценки достижений с учетом типологических и индивидуальных особенностей развития и особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью;
- 2) динамичности оценки достижений, предполагающей изучение изменений психического и социального развития, индивидуальных способностей и возможностей обучающихся;
- 3) единства параметров, критериев и инструментария оценки достижений в освоении содержания АООП, что сможет обеспечить объективность оценки в разных образовательных организациях.

Освоение АООП обеспечивает достижение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) следующих результатов : личностных и предметных.

Личностные результаты освоения АООП включают индивидуально-личностные качества, жизненные и социальные компетенции обучающегося ценностные установки.

Достижение личностных результатов обеспечивается содержанием отдельных предметов и внеурочной деятельности; овладением доступными видами деятельности; опытом социального взаимодействия.

Предметные результаты освоения АООП включают освоенные обучающимися, воспитанниками знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность к их применению. Предметные результаты, достигнутые обучающимися с умственной отсталостью, не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс и рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

Таблица оценки сформированности базовых учебных действий

Группа БУД	Перечень учебных действий	Оценка сформированности (в баллах)					
		0	1	2	3	4	5
Личностные учебные действия	осознанно выполнять обязанности ученика, члена школьного коллектива, пользоваться соответствующими правами						
	гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей						
	адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.						
	уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности						
	активно включаться в общепользную социальную деятельность						
	осознанно относиться к выбору						

	профессии						
	бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны						
	понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе						
	соблюдать правила безопасного и бережного поведения в природе и обществе						
Максимум 45 баллов							
Коммуникативные учебные действия	вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.)						
	слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения, аргументировать свою позицию						

	дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый - незнакомый и т.п.)						
	использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач						
	использовать разные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач, в том числе информационные						
Максимум 25 баллов							
Регулятивные учебные действия	принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления						
	осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач						

	осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих						
	осуществлять самооценку и самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность						
	Максимум 20 баллов						
Познаватель- ные	дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию						
	использовать логические действия (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями						
	применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных,						

	технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач						
	использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами						
	Максимум 20 баллов						

Критерии:

0 баллов – действия отсутствуют, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл – смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требует оказания помощи.

2 балла – преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла – способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла – способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов – самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

Для обучающихся 2-9 классов в школе используется 5-балльная система оценки знаний, умений и навыков (минимальный балл – 2, максимальный балл – 5). Оценка выполнения заданий производится по 5 балльной системе: 5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной-двух значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Самостоятельность применения усвоенных знаний.

Жизненные компетенции:

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- укреплять и сохранять здоровье на протяжении всей жизни;
- самостоятельно подобрать упражнения для утренней гимнастики.

6. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Основные технологии обучения:

- личностно-ориентированные;
- деятельностный подход;

- уровневая дифференциация;
- информационно-коммуникативные;
- здоровьесберегающие;
- игровые.

Основными видами деятельности учащихся по предмету являются:

- Беседа (диалог).
- Самостоятельная работа.
- Подвижные игры.
- Работа со спортивным инвентарём.
- Рассказ.
- Просмотр видеофильмов, видеороликов о спорте.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.

- Мячи
- Скакалки
- Компьютер
- Музыкальный центр
- Аудиозаписи
- Маты
- Кегли
- Лыжи

Список литературы:

Основная: Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный, 1-4 классы. Под редакцией И.М. Бгажнокова

Дополнительная: Коррекционная педагогика. Научно-методический журнал 6(18), 2006г. Редактор-составитель Орехова Г.А.

7. Календарно-тематическое планирование

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Цели урока	Виды деятельности	Планируемые результаты		Формы и виды контроля
					Предметные	БУД	
1 четверть.							
Основы знаний.		Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.					
1-2	02.09 05.09	Лёгкая атлетика. Инструктаж по технике безопасности. Ходьба в различном темпе, с выполнениями упражнений для рук. Ходьба до различных ориентиров.	Дать представление о разделе лёгкая атлетика и видах ходьбы.	Проводит инструктаж по ТБ. Проводит построение. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку.	Научатся ходить в различном темпе, с выполнениями упражнений для рук.	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -правильно выполнять движения при ходьбе К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Предварительный контроль (выявление ЗУН по разделу)
3-4	06.09 09.09	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с места.	Учить метанию малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	Построение класса. Разминка. Объясняет технику выполнения метания мяча. Показ. Самостоятельное выполнение.	Освоят технику метания малого мяча в цель.	Р - умение технически правильно выполнять двигательные действия П -правильно выполнять движения при метании малого мяча К - выражают готовность слушать собеседника и вести диалог Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
5-8	12.09 13.09 16.09	Метание малого мяча левой, правой рукой на дальность.	Обучать технике метания малого мяча из-за спины через	Построение класса. Объяснение техники метания малого мяча на	Освоят технику метания малого мяча на дальность.	Р -научатся работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее	Текущий контроль.

	19.09		плечо на дальность с места.	дальность. Работа с малыми мячами. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.		место П -правильно выполнять движения при метании малого мяча К -обращаться за помощью и принимать помощь Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	
9-12	20.09 23.09 26.09 27.09	Прыжки в длину (место отталкивания не обозначено) способом согнув ноги.	Сформировать умения и навыки в прыжках в длину. Вызвать положительный эмоциональный настрой, интерес к занятиям спортом.	Вступительная беседа о прыжках в длину. Инструктаж по ТБ. Рассказ учителя о технике выполнения. Показ.	Познакомятся с техникой выполнения прыжка в длину с места .Освоят технику выполнения прыжка в длину с места.	Р -научатся ориентироваться на спортивной площадке П -правильно выполнять движения при прыжке в длину способом согнув ноги К -обращаться за помощью и принимать помощь Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Тематический контроль
13-14	30.09 03.10	Бег на скорость до 40м.	Развитие физических качеств обучающихся. Способствовать повышению уровня быстроты посредством лёгкоатлетических упражнений.	Построение класса. Инструктаж по ТБ. Бег на время и на скорость. Подведение итогов.	Научатся распределять свои силы во время бега.	Р -научатся ориентироваться на спортивной площадке П -правильно выполнять основные движения в беге; бегать с максимальной скоростью до 40 м К -дифференцированно использовать разные виды бега Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Тематический контроль
15-16	04.10 07.10	Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд, до	Обучать прыжкам с ноги на ногу с	Рассказ учителя о видах прыжков.	Освоят технику прыжковых	Р - научатся ориентироваться в	Групповой контроль.

		15м.	продвижением вперёд.	Совместная работа учителя и ученика. Самостоятельное выполнение прыжков.	упражнений.	пространстве спортивного зала П -правильно выполнять основные движения в прыжках К -научатся вступать в диалог и поддерживать его Л -оказание бескорыстной помощи своим сверстникам	
17-20	10.11 11.10 14.10 17.10	Понятие высокий старт.	Формировать первоначальное представление о технике выполнения высокого старта. Обучать технике высокого старта.	Рассказ учителя о понятии высокий старт. Изучение команд. Работа в парах. Выполнение бега с высокого старта. Первичное закрепление материала.	Узнают о понятии высокий старт. Освоят технику выполнения высокого старта.	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -научатся использовать команды (на старт, внимание, марш) в высоком старте К -научатся вступать в диалог и поддерживать его Л -оказание бескорыстной помощи своим сверстникам	Оценка выполнения высокого старта.
21-22	18.10 21.10	Подвижные игры («Два сигнала», «Запрещенное движение»).	Развивать интерес детей к физической культуре на основе подвижных игр. Сохранять и укреплять здоровье.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Научатся соблюдать правила поведения во время подвижных игр.	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - научатся играть в подвижные игры К -научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и	Тематический контроль

						сопереживания	
23-24	24.10 25.10	Игры с элементами общеразвивающих упражнений («Шишки, желуди, орехи», «Самые сильные», «Мяч – соседу»).	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Научатся работать со спортивным инвентарём.	<p>Р-научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П-научатся играть в игры с элементами общеразвивающих упражнений</p> <p>К-научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p> <p>Л-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	Текущий контроль.
25-26	28.10 31.10	Игры с бегом и прыжками («Пятнашки маршем», «Прыжки по полоскам», «Точный прыжок», «К своим флажкам»).	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры.	Научатся соблюдать правила поведения во время подвижных игр.	<p>Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П-уметь играть в подвижные игры с бегом и прыжками</p> <p>К- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p> <p>Л-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	Текущий контроль.

2 четверть.							
27-29	11.11 14.11 15.11	Гимнастика. Инструктаж по технике безопасности. Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз разноименным и одноименным способами	Создать условия для формирования у обучающихся, воспитанников умения выполнять лазанье по гимнастической стенке.	Сообщение плана урока. Инструктаж по ТБ. Объяснение нового материала. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Первичное закрепление материала.	Освоят технику лазанья по гимнастической стенке.	Р- научатся ориентироваться на гимнастической стенке П- применять начальные сведения о лазанье по гимнастической стенке К- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л- оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Текущий контроль
30-31	18.11 21.11	Лазанье по гимнастической стенке в сторону приставными шагами.	Развивать умения выполнять лазанье по гимнастической стенке в сторону приставными шагами.	Объяснение нового материала. Выполнение лазания по гимнастической стенке. Первичное закрепление материала. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику лазанья по гимнастической стенке.	Р- научатся ориентироваться на гимнастической стенке П- применять начальные сведения о лазанье по гимнастической стенке К- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л- оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Тематический (фронтальный) контроль
32-33	22.11 25.11	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке с опорой на стопы и кисти рук. Пролезание сквозь гимнастические обручи.	Познакомить обучающихся, воспитанников с техникой лазания по наклонной гимнастической	Объяснение нового материала. Показ учителя заданий. Выполнение упражнений обучающимися,	Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	Р- научатся ориентироваться на наклонной гимнастической скамейке П- применять начальные сведения о лазанье по	Фронтальный контроль.

			скамейке. Обучать лазанию по наклонной гимнастической скамейке.	воспитанниками. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.		наклонной гимнастической скамейке К -сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л -оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	
34	28.11	Ходьба вперёд по гимнастической скамейке с различными положениями рук, ног (одна нога идёт по скамейке, другая – по полу).	Познакомить с техникой хождения по гимнастической скамейке. Развивать навыки хождения, чувство равновесия, координационные способности, ловкость и быстроту.	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Объяснение материала урока. Выполнение ходьбы по гимнастической скамейке. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	Р - научатся ориентироваться на гимнастической скамейке П -научатся выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с различными положениями рук К -сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных жизненных и социальных ситуациях Л -оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Текущий контроль.
35	29.11	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет.	Совершенствование освоенных двигательных действий при выполнении упражнений на гимнастической скамейке.	Построение класса. Повторение изученного материала. Продолжение работы на гимнастической скамейке. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	Р - научатся ориентироваться на гимнастической скамейке П -научатся выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет К -сотрудничать с взрослыми и сверстниками Л -оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Тематический контроль.

36	02.12	Ходьба по гимнастической скамейке с доставанием предметов с пола в положении приседа.	Формировать умения и навыки упражнений на гимнастической скамейке.	Построение класса. Повторение изученного материала. Продолжение работы на гимнастической скамейке. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	Р- научатся ориентироваться на гимнастической скамейке П- научатся выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с доставанием предметов с пола К- сотрудничать со взрослыми и сверстниками Л- оказыватьпомощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Фронтальный опрос. Устный опрос.
37	05.12 06.12	Стойка на одной ноге, другая в сторону, вперёд, назад с различными положениями рук.	Обучить технике выполнения стойке на одной ноге обучающихся, воспитанников.	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Рассказать о понятие «равновесие». Показ учителем упражнений. Самостоятельное выполнение. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Смогут выполнить стойку на одной ноге. Проверить друг у друга.	Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- научатся выполнять основные упражнения в равновесии К- дифференцированно использовать разные виды равновесия Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Взаимопроверка.
38-39	09.12 12.12	Подготовка к выполнению опорных прыжков. Прыжок боком через гимнастическую скамейку с опорой на руки.	Ознакомить с понятием «опорный прыжок». Обучить правильному отталкиванию от пола при выполнении опорного прыжка через скамейку.	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Рассказ о понятие «опорный прыжок». Показ задания. Самостоятельное выполнение под руководством учителя.	Познакомятся с новым понятием опорный прыжок. Научатся выполнять прыжок боком через скамейку.	Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- применять начальные сведения о выполнении опорного прыжка К- сотрудничать со взрослыми и сверстниками	Текущий контроль.

				Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.		Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	
40	13.12	Вис на гимнастической стенке на согнутых руках. Упор на гимнастической скамейке.	Обучать правильному хвату в вися на гимнастической стенке.	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Показ задания. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся висеть на гимнастической стенке на согнутых руках.	Р- научатся ориентироваться на гимнастической стенке П- научатся использовать виды висов на гимнастической стенке К- научатся вступать в диалог и поддерживать его Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
41-42	16.12 19.12	Комплексы упражнений со скакалками.	Совершенствовать технику прыжков со скакалкой. Развивать прыгучесть, ловкость, выносливость, координационные и скоростно-силовые способности.	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Изучение комплекса упражнений со скакалками. Выполнение комплекса вместе с учителем. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят упражнения со скакалками.	Р- работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее место П- научатся использовать скакалки для выполнения упражнений К- развивать опыт взаимодействия со сверстниками Л- формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки	Текущий контроль.
43	20.12	Комплексы упражнений с малыми обручами.	Разучить комплекс ОРУ с обручами. Познакомить с различными	Построение класса. Сообщение темы урока. Разминка. Изучение комплекса	Освоят упражнения с малыми обручами.	Р- работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее место	Текущий контроль.

			вариантами вращения обруча.	упражнений с малыми обручами. Выполнение комплекса вместе с учителем. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.		П -научатся использовать малые мячи для выполнения упражнений К -научатся вступать в диалог и поддерживать его Л -оказывать помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	
44-46	23.12 26.12 27.12	Подвижные игры («Два сигнала», «Запрещенное движение»).	Развивать интерес детей к физической культуре на основе подвижных игр. Сохранять и укреплять здоровье.	Построение класса. Сообщение темы урока. Инструктаж по ТБ. Разминка. Объяснение правил игр. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П - научатся играть в подвижные игры К -научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Текущий контроль.
3 четверть.							
47-48		Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности. Построение в одну шеренгу с лыжами и на одну шеренгу с лыжами и на лыжах. Выполнение команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»	Обучать строевым упражнениям в шеренгу с лыжами в руках и на лыжах развивать двигательные способности..	Создать эмоциональный настрой на изучение нового материала. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Инструктаж по ТБ.	Научатся строится в одну шеренгу с лыжами и на лыжах.	Р -научатся ориентироваться на спортивной площадке П -уметь правильно передвигаться на лыжах К -управление коммуникацией – адекватно использовать	Проверка знаний ТБ.

				<p>Определение лыж (где правая, где левая). Одевание лыж. Выполнение команд. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.</p>		<p>речь Л-проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	
49-52		<p>Передвижение скользящим шагом по учебной лыжне.</p>	<p>Создать условия для ознакомления со скользящим шагом. Познакомить с техникой выполнения скользящего шага.</p>	<p>Построение класса. Сообщение темы урока. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Рассказ учителя о новом материале. Показ выполнения техники передвижения скользящим шагом. Самостоятельное выполнение передвижения скользящим шагом по лыжне. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.</p>	<p>Освоят технику скользящего шага.</p>	<p>Р-умение организовать безопасность, сохранность инвентаря и оборудования, организация мест занятий. П-объяснение своего двигательного опыта; техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К-формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	<p>Текущий контроль.</p>
53-56		<p>Подъём ступающим шагом на склон.</p>	<p>Разучить технику подъёма ступающим шагом на склон.</p>	<p>Построение класса. Сообщение темы урока. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Рассказ учителя о новом материале. Показ выполнения</p>	<p>Освоят технику подъёма ступающим шагом на склон.</p>	<p>Р-умение выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений П-освоят технику выполнения разучиваемых упражнений и заданий К-формирование способов</p>	<p>Оценка выполнения подъёмов.</p>

				техники подъёма ступающим шагом на склон. Самостоятельное выполнение подъёма ступающим шагом на склон. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.		позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	
57-59		Спуск с горки в основной стойке.	Разучить технику спуска в основной стойке.	Построение класса. Сообщение темы урока. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение нового материала. Показ выполнения техники спуска с горки в основной стойке. Самостоятельное выполнение спуска с горки в основной стойке. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Освоят технику выполнения спуска с горки.	Р -умение выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений П -усвоят технику выполнения разучиваемых упражнений и заданий К -формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Оценка выполнения спусков.
60-64		Передвижение на лыжах (до 800м за урок).	Формировать умения двигаться на лыжах по учебной лыжне.	Построение класса. Сообщение темы урока. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Самостоятельное	Освоят технику передвижения на лыжах, двигательные действия.	Р -умение выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений П -усвоят технику передвижения на лыжах	Индивидуальное выполнение задания.

				выполнение передвижение на лыжах. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.		К -формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	
65-69		Гимнастика с элементами акробатический упражнений. Перекаты в группировке.	Повторить инструктаж по ТБ. Разучить перекаты в группировке. Закрепить технику выполнения группировки.	Построение класса. Сообщение темы урока. Инструктаж по ТБ. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Объяснение нового материала. Показ учителем. Выполнение по очереди с помощью учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся выполнять перекаты в группировке.	Р -планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П -уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации К -дифференцированно использовать разные элементы акробатических упражнений Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Проверка знаний.
70-72		Из положения лёжа на спине «мостик».	Познакомить с понятием «мост». Освоить исходное положение. Разучить технику выполнения.	Повторение изученного. Вступительное слово учителя. Продолжение работы на гимнастических матах. Показ нового акробатического	Познакомятся с понятием «мостик». Освоят технику выполнения акробатического элемента «мостик» из положения лёжа на спине.	Р -планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П -уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Оценка техники выполнения «мостика».

				упражнения. Подведение итогов.		К -инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Л -оказывать помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	
73-76		Два, три кувырка вперёд (строго индивидуально).	Повторить инструктаж по ТБ. Разучить технику кувырка вперёд.	Повторение изученного. Вступительное слово учителя. Продолжение работы на гимнастических матах. Показ и объяснение нового акробатического упражнения. Самостоятельное выполнение под руководством учителя строго индивидуально. Подведение итогов.	Научатся соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Освоят технику выполнения кувырка вперёд.	Р -выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П -уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации К -инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Л -оказывать помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов	Оценка техники выполнения кувырков.
77-79		Подвижные игры зимой («Вот так карусель!», «Снегурочка»).	Объяснить правильного использования зимних игр и развлечений на свежем воздухе. Формировать физические двигательные компетенции через игровую деятельность.	Построение класса. Сообщение темы урока. Инструктаж по ТБ. Разминка. Объяснение правил игр. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр на улице.	Р - научатся ориентироваться на спортивной площадке П - научатся играть в подвижные игры на улице К -научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль.
80-81		Подвижные игры («Два сигнала», «Запрещенное движение»).	Развивать интерес детей к физической культуре на основе	Построение класса. Сообщение темы урока. Инструктаж по	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного	Текущий контроль.

			подвижных игр. Сохранять и укреплять здоровье.	ТБ. Разминка. Объяснение правил игр. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников на уроке.	во время подвижных игр.	зала П- научатся играть в подвижные игры К- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	
4 четверть.							
82		Лёгкая атлетика. Инструктаж по технике безопасности. Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Ходьба на месте под счёт учителя от 15 до 10с.	Повторить инструктаж по ТБ. Совершенствовать координацию при перестроении.	Построение класса. Инструктаж по ТБ. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Разминка. Выполнение перестроения за учителем и вместе с ним. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся соблюдать дисциплину и технику безопасности во время занятий в спортивном зале. Освоят технику перестроения из круга в квадрат.	Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П- правильно выполнять виды перестроений К- обращаться за помощью и принимать помощь Л- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Устный опрос.
83		Бег в чередовании с ходьбой до 100м.	Развивать скоростно-силовые качества, координацию движений. Научить бегать дистанцию в чередовании с ходьбой.	Построение класса. Инструктаж по ТБ. Проверка готовности обучающихся, воспитанников к уроку. Разминка. Выполнение бега в чередовании с ходьбой. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Освоят технику выполнения бега в чередовании с ходьбой.	Р- научатся ориентироваться на спортивной площадке П- правильно выполнять основные движения в беге К- дифференцированно использовать разные виды бега Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Устный опрос.

84-87		Челночный бег (3x5м).	Познакомить с техникой челночного бега. Обучить технике челночного бега.	Построение класса. Разминка. Рассказ учителя о новом понятии челночный бег. Показ техники челночного бега. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Познакомятся с понятием «челночный бег». Научатся выполнять челночный бег.	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -усвоят технику выполнения разучиваемых упражнений К -научатся вступать в диалог и поддерживать его Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Тематический контроль.
88-91		Понятие эстафетный бег (встречная эстафета).	Сформировать у обучающихся, воспитанников понятий об эстафетном беге. Обучать технике эстафетного бега.	Построение класса. Разминка. Рассказ учителя о новом понятии эстафетный бег. Показ техники эстафетного бега.. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Познакомятся с понятием «эстафетный бег». Освоят технику выполнения эстафетного бега.	Р -научатся работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее место П -правильно выполнять движения при беге К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -оказыватьпомощь своим сверстникам	Устный контроль.
92		Метание малого мяча левой, правой рукой на дальность.	Совершенствование техники метания малого мяча из-за спины через плечо на дальность с места.	Построение класса. Объяснение техники метания малого мяча на дальность. Работа с малыми мячами. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся метать малый мяч.	Р -научатся работать со спортивным инвентарём и организовывать рабочее место П -правильно выполнять движения при метании малого мяча К -обращаться за помощью и принимать помощь Л -оказыватьпомощь своим сверстникам	Устный контроль.
93-96		Ознакомление с прыжком с разбега способом перешагивание.	Формировать первоначальное представление о	Построение класса. Разминка. Рассказ учителя о новом	Познакомятся с понятием прыжок способом	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного	Текущий контроль.

			технике выполнения прыжка с разбега способом перешагивание. Обучить технике прыжка в высоту способом перешагивание.	понятии прыжок способом перешагивание. Показ техники прыжка способом перешагивание.. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	перешагивание. Освоят технику прыжка с разбега способом перешагивание.	зала П -правильно выполнять движения при прыжке с разбега способом перешагивание К -обращаться за помощью и принимать помощь Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	
97		Прыжок в высоту до определённого ориентира.	Развивать прыгучесть, ловкость, быстроту.	Построение класса. Разминка. Рассказ учителя о видах прыжков. Показ. Самостоятельное выполнение под руководством учителя. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Освоят технику прыжковых упражнений.	Р -научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -правильно выполнять прыжковые упражнения К -дифференцированно использовать разные виды прыжков Л - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками	Текущий контроль
98-99		Игры с бегом и прыжками («Пятнашки маршем», «Прыжки по полоскам», «Точный прыжок», «К своим флажкам»).	Создать условия для совершенствования освоенных двигательных умений и действий в подвижных играх на уроке физической культуры.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Р - научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала П -уметь играть в подвижные игры с бегом и прыжками К - научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Л -активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на	Текущий контроль

						принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	
100-102		Игры с бросанием, ловлей и метанием («Зоркий глаз», «Попади в цель», «Мяч – среднему», «Гонка мячей по кругу»).	Развивать двигательные навыки и физические качества посредством подвижных игр.	Вступительная беседа. Инструктаж по технике безопасности. Объяснение правил игры. Подвижные игры. Подведение итогов. Оценка деятельности обучающихся, воспитанников.	Научатся соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	<p>Р- научатся ориентироваться в пространстве спортивного зала</p> <p>П- уметь играть в подвижные игры с бросанием, ловлей и метанием</p> <p>К- научатся договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p> <p>Л- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	Текущий контроль

8. Лист внесения изменений.

Класс	Дата	Количество не проведенных уроков	Причина	Согласование с курирующим завучем

