

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с программой «Физическая культура» авторы Б.Б. Егоров, Ю.Е. Пересадына.

Важнейшие задачи образования в начальной школе (формирование предметных и универсальных способов действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, саморегуляции) реализуются в процессе обучения по всем предметам. Однако каждый из них имеет свою специфику.

Чтение, русский язык и математика создают фундамент для освоения всех остальных предметов, как минимум тем, что обучают детей чтению, письму и счёту. Физическая культура совместно с другими предметами решают одну из важных проблем – проблему здоровья ребёнка.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность 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, целью программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- 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, её 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, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Программа «Физическая культура», авторы Б.Б. Егоров, Ю.Е. Пересадиная, рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю).

Данная рабочая программа составлена на 99 часов.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

Современные школьники отличаются от сверстников пятнадцати- двадцатилетней давности любознательностью и большей информированностью, при этом физически слабо развиты. Причина состоит в том, что изменились климато-географические, экологические и социальные условия. Если в прежнее время маленький человек 5–9 лет имел возможность двигаться в семье, во дворе, в школе, то теперь ситуация коренным образом изменилась.

В соответствии с Примерной программой по физической культуре и внесёнными изменениями в начальной школе на предметную область «Физическая культура» предусматривается 405 ч. Из них 12 ч выделяется на раздел «Знания о физической культуре», 12 ч – на раздел «Способы физкультурной деятельности» и 246 ч – на раздел

«Физическое совершенствование» (первая часть). Во второй части предусматривается 135 ч. Авторы поддерживают такое распределение часов, при котором основной формой проведения уроков в начальной школе становится двигательная деятельность.

Однако при таком распределении часов (12 ч+12 ч) невозможно решить такие глобальные задачи, как формирование здорового образа жизни и развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Поэтому учебники «Физическая культура» позволяют учащимся работать самостоятельно и совместно с родителями. Кроме того, для решения этих задач учебники «Физическая культура» реализуют деятельностный подход в соответствии с требованиями ФГОС через ряд деятельностно ориентированных принципов, а именно:

а) Принцип обучения деятельности. Учебники «Физическая культура» опираются на технологию проблемного диалога. В соответствии с этой технологией ученики на уроке участвуют в совместном открытии знаний на основе сформулированной самими учениками цели урока. У детей развиваются умения ставить цель своей деятельности, планировать работу по её осуществлению и оценивать итоги достижения в соответствии с планом.

б) Принципы управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации и от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности. В учебниках предусмотрена система работы учителя и класса по развитию умений в решении проблем. На первых порах совместно с учителем ученики выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять тему, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют применить полученные

знания в новой ситуации. Наконец, в конце изучения тем ребята решают жизненные задачи (имитирующие ситуации из жизни) и участвуют в работе над проектами. Таким образом, осуществляется переход от чисто предметных заданий к заданиям, нацеленным прежде всего на формирование универсальных учебных действий.

ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода. В учебниках «Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, нацеленным на технологию проблемного диалога. Начиная с 2–3-го классов введены проблемные ситуации, стимулирующие учеников к постановке целей, даны вопросы для актуализации необходимых знаний, приведён вывод, к которому должны прийти на уроке ученики. Деление текста на рубрики позволяет научить школьников составлению плана. Наконец, при подаче материала в соответствии с этой технологией само изложение учебного материала носит проблемный характер.

В соответствии с требованиями ФГОС учебники обеспечивают сочетание личностных, метапредметных и предметных результатов обучения. В рамках Образовательной системы «Школа 2100» используется технология оценки учебных успехов, при которой школьники принимают активное участие в оценке своей деятельности и выставления отметок. В соответствии с этой технологией и требованиями ФГОС ученики должны чётко знать и понимать цели своего образования, знания, которые они получают, умения, которые они осваивают. Поэтому личностные и метапредметные результаты перечислены в дневнике школьника Образовательной системы «Школа 2100».

Учебники «Физическая культура» нацелены на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Для формирования представлений о здоровом образе жизни и целостной картины мира, а также реализации межпредметных связей учебники «Физическая культура» построены с учётом содержания учебников «Окружающий мир» (Образовательная система «Школа 2100»). В курс «Окружающий мир» интегрированы такие предметы, как ознакомление с окружающим миром, природоведение, обществознание, основы безопасности жизнедеятельности, что позволяет не только сэкономить время, но и дать возможность ребёнку убедиться в необходимости быть здоровым.

Единое построение программ Образовательной системы «Школа 2100» помогает сформировать сравнительно полную картину мира и позволяет придать творческий исследовательский характер процессу изучения предмета, заставляя учащихся задавать новые

и новые вопросы, уточняющие и помогающие осмыслить их опыт.

Бессмысленно начинать пытаться ученику рассказывать незнакомые для него вещи. Он может быть даже заинтересоваться, но не сможет соединить эти новые знания со своим опытом. Единственный способ – ежедневно и ежечасно помогать ребятам осмысливать свой двигательный опыт. Человек должен научиться понимать окружающий мир и понимать цену и смысл своим поступкам и поступкам окружающих людей. Регулярно объясняя свой опыт, человек приучается понимать окружающий его мир. При этом у него постоянно начинают возникать вопросы, которые требуют уточнения. Всё это способствует возникновению привычки (навыка) объяснения и осмысления своего двигательного опыта. В этом случае он может научиться делать любое новое дело, самостоятельно его осваивая.

Описание места учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Согласно Учебному плану МБОУ «Школа №14» на 2014/2015 учебный год на изучение предмета «Физическая культура», предметная область «Физическая культура», в 1 классе отведено 3 часа в неделю.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета «Физическая культура»

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

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

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— 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 (познавать) 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 техничном 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.

Содержание учебного предмета «Физическая культура»»

1 класс

Раздел 1. Знания о физической культуре (3 ч)

Тема 1.1. Физическая культура (1 ч)

Знакомство с предметом «Физическая культура». Значимость физической культуры в жизни человека. 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.

Тема 1.2. Из истории физической культуры (1 ч)

История появления физических упражнений. История развития физической культуры и первых соревнований. Важность развития физической культуры в развитии человечества. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Тема 1.3. Физические упражнения (1 ч)

Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Раздел 2. Способы физкультурной деятельности (3 ч)

Тема 2.1. Самостоятельные занятия (1 ч)

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 (утренней зарядки, физкультминуток).

Тема 2.2. Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью (1 ч)

Составление таблицы с основными физиологическими показателями (рост, вес, объем головы и др.). Измерения длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Тема 2.3. Самостоятельные игры и развлечения (1 ч)

Организация и проведение подвижных игр, спортивных праздников (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Раздел 3. Физическое совершенствование (93 ч)

Тема 3.1. Физкультурно – оздоровительная деятельность (2 ч)

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушения осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Тема 3.2. Гимнастика с основами акробатики (16 ч)

Организуемые команды и приемы. Построение в колонну по одному. Построение в круг. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры, седы, упражнения в группировке, перекувырки, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад, гимнастический мост. Акробатические комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижения по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижения по наклонной гимнастической скамейке. Названия основных гимнастических снарядов. Подвижные игры. Развитие координационных способностей.

Тема 3.3. Легкая атлетика (21 ч)

Сочетание различных видов ходьбы. 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. Бег 30 м, 60 м. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и в высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой. Прыжок в длину с места. Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность. Эстафеты. Подвижные игры. Развитие скоростных и скоростно – силовых способностей.

Тема 3.4. Лыжные гонки (12 ч)

Передвижения на лыжах разными способами. Повороты, спуски, подъемы, торможения. Эстафеты. Подвижные игры. Соревнования. Развитие выносливости и координационных способностей.

Тема 3.5. Подвижные и спортивные игры (32 ч)

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

На материале лёгкой атлетки: 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; остановка 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.

Тема 3.6. Праздники и соревнования (10 ч)

Тематическое планирование

№ уро-ка	Дата	Темаурока	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Примечание
1	01.09	Легкая атлетика ТБ на уроках физической культуры	Умение организовать собственную деятельность(К), активно включаться в общение во взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и доброжелательности, взаимопомощи (Л), соблюдать правила ТБ на уроках легкой атлетики.	
2	03.09	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	Уметь выбирать и использовать средства для достижения цели(К), проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях(Л), представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, определять бег на короткие дистанции (П)	
3	05.09	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	Умение контролировать физическую нагрузку по ЧСС при выполнении беговых упражнений(Р), взаимодействие в парах и группах при разучивании беговых упражнений (К)	
4	08.09	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	Умение соблюдать правила техники безопасности в беге на короткие дистанции	

			(П), организовать собственную деятельность (К)	
5	10.09	Ходьба и бег	Умение соблюдать правила техники безопасности в беге на короткие дистанции (П), проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях(Л)	
6	12.09	Ходьба и бег	Умение соблюдать правила техники безопасности в беге на короткие дистанции (П), проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях(Л)	
7	15.09	Прыжковые упражнения	Умение описывать технику выполнения прыжка в длину с места (П), находить характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений (Р), проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении цели (Л)	
8	17.09	Прыжковые упражнения	Умение описывать технику прыжка со скакалкой (П), находить характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений (Р)	
9	19.09	Прыжковые упражнения	Умение проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	

			различных ситуациях и условиях(Л)	
10	22.09	Многоскоки	Умение представлять и различать разновидности прыжков (Р)	
11	24.09	Челночныйбег 3x10м	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
12	26.09	Челночныйбег 3x10 м	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
13	29.09	Метание в цель	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
14	01.10	Метание в цель	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
15	03.10	Легкоатлетическаяэстафета	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
16	06.10	ОРУ. Подвижныеигры	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
17	08.10	ОРУ. Подвижныеигры	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
18	10.10	ОРУ. Подвижныеигры	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
19	13.10	ОРУ. Подвижныеигры	Умение самоопределяться с заданием и принимать решение по его выполнению (Л)	
20	15.10	ОРУ. Подвижныеигры	Умение активно включаться в коллективную	

			деятельность (Л)	
21	17.10	ОРУ. Подвижные игры	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
22	20.10	ОРУ. Подвижные игры	Умение самоопределяться с заданием и принимать решение по его выполнению (Л)	
23	22.10	Подготовка к спортивному празднику	Умение самоопределяться с заданием и принимать решение по его выполнению (Л)	
24	24.10	Спортивный праздник «Первые старты»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
25	27.10	Подвижные игры	Умение самостоятельно проводить игру (К), организовывать собственную игру (К), брать на себя ответственность (Л), соблюдать правила ТБ в подвижных играх (П), организовывать собственную деятельность (К)	
26	29.10	Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру (К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П)	
27	01.11	Подвижные игры	Умение самостоятельно проводить игру (К), организовывать собственную игру (К), брать на себя ответственность (Л), соблюдать правила ТБ в подвижных играх (П), организовывать собственную	

			деятельность (К)	
28	10.11	Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л),соблюдать правила в подвижных играх (П)	
29	12.11	Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л),соблюдать правила в подвижных играх (П)	
30	14.11	Подвижные игры и эстафеты	Умение организовывать собственную деятельность(К), соблюдать правила в подвижных играх (П)	
31	17.11	ТБ на занятиях гимнастикой. Строевая подготовка	Умение организовывать собственную деятельность(К), брать на себя ответственность в игре (Л),соблюдать правила ТБ на уроках гимнастики (П) самоопределяться с заданием и принимать решение по его выполнению (Л)	
32	19.11	Строевые упражнения. Лазанье и перелезание	Умение воспитывать нравственные качества личности (Л), перерабатывать информацию(П), вступать в коммуникацию с обучающимися (К)	
33	21.11	Строевые упражнения. Лазанье и перелезание	Умение поддерживать взаимоотношения в коллективе (Л), технически правильно выполнять двигательные действия (Р)	
34	24.11	Разновидности висов и упоров	Умение технически правильно выполнять	

			двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л), оценивать выполнение упражнений (Р)	
35	26.11	Разновидности висов и упоров	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л), оценивать выполнение упражнений (Р)	
36	28.11	Разновидности висов и упоров	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), выполнять подтягивание на перекладине (П)	
37	01.12	Акробатические упражнения	Умение поддерживать взаимоотношения в коллективе (Л), слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения (К), технически правильно выполнять двигательные действия (Р)	
38	03.12	Акробатические упражнения	Умение оказывать бескорыстную помощь сверстникам (Л), анализировать и оценивать результаты (Р), организовывать совместную коммуникативную деятельность (К)	
39	05.12	Акробатические комбинации	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л)	

40	08.12	Лазанье и перелезание	Умение брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх, ТБ при выполнении лазанья и перелезания (П)	
41	10.12	Лазанье и перелезание	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П)	
42	12.12	Лазанье и перелезание	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П), развивать умение преодолевать страх (Л)	
43	15.12	Гимнастическая полоса препятствий	Умение организовать собственную полосу препятствий (К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх(П)	
44	17.12	Гимнастическая полоса препятствий	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), оказывать бескорыстную помощь сверстникам (Л), организовывать совместную коммуникативную деятельность(К), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П)	
45	19.12	Гимнастическая полоса препятствий	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л)	
46	22.12	Гимнастическая полоса	Умение организовывать	

		репятствий	собственную гимнастическую полосу препятствий(К), брать на себя ответственность в преодолении полосы препятствий (Л), соблюдать правила в подвижной игре (П)	
47	24.12	Акробатическиекombинации	Умение организовывать собственную деятельность(К), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П)	
48	26.12	Спортивный праздник с родителями «Юный акробат»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
49	29.12	Подвижныеигры	Умение самостоятельно проводить игру(К), организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность (Л),соблюдать правила ТБ в подвижных играх(П), организовывать собственную деятельность(К)	
50		Подвижныеигры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх(П)	
51		Подвижныеигры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх(П)	
52		Подвижныеигры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя	

			ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх(П)	
53		Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх(П)	
54		Подвижные игры	Умение воспитывать нравственные качества личности(Л), перерабатывать информацию (П), вступать в коммуникацию с обучающимися(К)	
55		Подвижные игры и эстафеты	Умение организовывать собственную деятельность(К), соблюдать правила в подвижных играх(П), контролировать последовательность утренней зарядки(Р)	
56		Подвижные игры	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л), оценивать выполнение упражнений(Р)	
57		Спортивный праздник «Снежная горка»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
58		ТБ на занятиях лыжной подготовкой	Умение организовывать собственную деятельность(К), поддерживать взаимоотношения в коллективе(Л)	
59		Ступающий и скользящий шаг без палок	Умение поддерживать взаимоотношения в коллективе(Л), слушать и	

			понимать других, высказывать свою точку зрения (К), технически правильно выполнять двигательные действия (Р)	
60		Ступающий и скользящий шаг без палок	Умение оказывать бескорыстную помощь сверстникам (Л), анализировать и оценивать результаты(Р), организовывать совместную коммуникативную деятельность(К)	
61		Ступающий и скользящий шаг без палок	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л)	
62		Ступающий и скользящий шаг без палок	Умение брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх, ТБ при передвижении на лыжах (П)	
63		Ступающий и скользящий шаг без палок	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П)	
64		Передвижения на лыжах разными способами	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П), развивать умение преодолевать страх(Л)	
65		Передвижения на лыжах разными способами	Умение организовывать собственную полосу препятствий(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать	

			правила в подвижной игре (П)	
66		Передвижения на лыжах разными способами	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), оказывать бескорыстную помощь сверстникам (Л), организовывать совместную коммуникативную деятельность(К), давать оценку двигательным действиям(Л)	
67		Повороты, спуски, подъемы, торможения	Умение распределять нагрузку и отдых(Р), брать на себя ответственность в игре (Л)	
68		Повороты, спуски, подъемы, торможения	Умение распределять нагрузку и отдых(Р), брать на себя ответственность в игре (Л)	
69		Повороты, спуски, подъемы, торможения	Умение распределять нагрузку и отдых(Р), брать на себя ответственность в игре (Л)	
70		Повороты, спуски, подъемы, торможения	Умение распределять нагрузку и отдых(Р), брать на себя ответственность в игре (Л)	
71		Спортивный праздник с родителями «Юный лыжник»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л), организовывать собственную деятельность(К)	
72		Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя	

			ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П)	
73		Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П)	
74		Подвижные игры	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л), оценивать выполнение упражнений(Р), активно включаться в коллективную деятельность (Л), организовывать собственную деятельность(К)	
75		Спортивный праздник с родителями «Снежная карусель»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л), организовывать собственную деятельность(К)	
76		Подвижные игры	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П)	
77		Стойки и передвижения в баскетболе	Умение самостоятельно проводить игру(К), организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность (Л), соблюдать ТБ в подвижных играх (П), организовывать	

			собственную деятельность(К)	
78		Стойки и передвижения в баскетболе	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П), организовывать собственную деятельность(К)	
79		Ведениемяча	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность в игре (Л), соблюдать правила в подвижных играх (П), организовывать собственную деятельность(К)	
80		Ведениемяча	Умение организовывать собственную игру(К), соблюдать правила в подвижных играх (П), брать на себя ответственность в игре (Л)	
81		Ведениемяча	Умение организовывать собственную игру(К), брать на себя ответственность (Л), соблюдать ТБ на уроках гимнастики (П), определять свои действия при выполнении заданий(К)	
82		Броскимяча в корзину	Умение воспитывать нравственные качества личности (Л), перерабатывать информацию(П), вступать в коммуникацию с обучающимися (К)	
83		Броскимяча в корзину	Умение технически	

			правильно выполнять двигательные действия (Р), поддерживать взаимоотношения в коллективе(Л)	
84		Подвижные игры и эстафеты	Умение организовывать собственную деятельность(К), соблюдать правила в подвижных играх(П), контролировать последовательность выполнения утренней зарядки(Р)	
85		Броски мяча в корзину	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), проявлять дисциплинированность и внимание (Л), оценивать выполнение упражнений(Р)	
86		Броски мяча в корзину	Умение технически правильно выполнять двигательные действия (Р), выполнять подтягивание на перекладине(П)	
87		Спортивный праздник с родителями «Оранжевый мяч»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л), организовывать собственную деятельность(К)	
88		Прыжковые упражнения	Умение описывать технику прыжка в длину с места(П), находить характерные ошибки в выполнении прыжковых упражнений(Р), проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении цели(Л)	

89		Прыжковые упражнения	Умение представлять и различать разновидности прыжков (Р)	
90		Челночный бег 3x10м	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	
91		Метание мяча в цель	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
92		Бег 30м с высокого старта	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы (П)	
93		Бег 30м с высокого старта	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы (П)	
94		Метание на дальность	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
95		Метание на дальность	Умение определять собственную деятельность по достижению цели (Р)	
96		Метание на дальность	Умение организовывать собственную гимнастическую полосу препятствий (К), брать на себя ответственность в преодолении полосы препятствий (Л), соблюдать правила в подвижной игре (П)	
97		Подготовка к спортивному празднику	Умение давать оценку двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы (П)	
98		Подготовка к	Умение давать оценку	

		спортивному празднику	двигательным действиям (Л), наблюдать и делать самостоятельно простые выводы(П), осуществлять самоконтроль(Л)	
99		Спортивный праздник «Откройте, потайную дверь!»	Умение активно включаться в коллективную деятельность (Л)	

**Описание материально – технического обеспечения
образовательного процесса**

№ п\п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения	количество	Примечания
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1 1.2 1.3 1.4 1.5 1.6 1.7	<p>Программа «Физическая культура» Б.Б. Егоров, Ю.Е. Пересадына Образовательная система «Школа 2100». Федеральный Государственный Образовательный стандарт. Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программы отдельных предметов (курсов) для начальной школы\ Под науч. ред. Д. И. Фельдштейна. – Изд.2-е, испр.- М.; Баласс, 2012.</p> <p>Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1 (1–2 классы). – М.: Баласс, 2012.</p> <p>Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 (3–4 классы). – М.: Баласс, 2012.</p> <p>Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е., Цандыков В.Э. Физическая культура. 1-4 классы. Методические рекомендации для учителя. – М.: Баласс, 2012.</p> <p>Персональный сайт учителя физической культуры fizpolianka.ucos.ru.</p> <p>Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»</p> <p>Научно – популярная и художественная литература по</p>	Д	<p>Стандарт по физической культуре, примерные программы входят в состав обязательного программно – методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)</p> <p>Комплекты разноуровневых тематических заданий, дидактических карточек В составе библиотечного фонда</p>

1.8	физической культуре, спорту, олимпийскому движению Методические издания по физической культуре для учителя		Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные печатные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
2.2	Плакаты методические		
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения		
3	Экранно – звуковые пособия		
3.1	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям, проведения соревнований и физкультурных праздников
3.2	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»		
4	Технические средства обучения		
4.1	Аудиоцентр	Д	
4.2	Мегафон		
4.3	Мультимедиа проектор		
4.4	Сканер		
4.5	Принтер лазерный		
5	Учебно – практическое оборудование и учебно – лабораторное оборудование		

5.4	<i>Туризм</i> Палатки туристические (двухместные) Рюкзаки туристические Комплект туристический бивуачный	Г Г Д	
5.5	<i>Средства доврачебной помощи</i> Аптечка медицинская	Д	
6	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал		С раздевалками для мальчиков и девочек.
6.2	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования Зоны рекреации		Для проведения динамических перемен
6.3	Кабинет учителя		
7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
7.2	Игровое поле для футбола		
7.3	Площадка игровая баскетбольная		
7.4	Площадка игровая волейбольная		
7.5	Гимнастический городок		

Д - демонстрационный экземпляр;

Г – комплект, необходимый для практической работы в группах;

К - полный комплект на каждого ученика.