

Муниципальное образование Новокубанский район, г. Новокубанск
Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 4 г. Новокубанска
муниципального образования Новокубанский район

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 30 августа 2017 года протокол № 1
Председатель И. В. Лазирская



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования (класс): начальное общее образование (1-4 классы)

Количество часов: 33,75 часов

Учитель: Чернова Светлана Михайловна

Программа разработана на основе примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (протокол от 22.12.15 №4/15)

1. Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15), адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года N273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).
2. Закон Краснодарского края от 16 июля 2013 года N 2770-КЗ "Об образовании в Краснодарском крае" (с изменениями и дополнениями)
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 года N 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями).
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования от 6 октября 2009 г. № 373 (в редакции приказа Минобрнауки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1643).
7. Письмо министерства образования и науки Краснодарского края от 14.07.2015 года N47-10267/15-14 «О формировании учебных планов общеобразовательных организаций Краснодарского края на 2015-2016 учебный год»
5. Примерные основные образовательные программы начального общего образования, внесенные в реестр образовательных программ, одобренных федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015г. No 1/15). <http://fgosreestr.ru/>
6. Письмо министерства образования и науки Краснодарского края от 17.07.2015 года No 47-10474/15-14 «О рекомендациях по составлению рабочих программ учебных предметов, курсов и календарно-тематического планированию
7. Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. N 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
8. Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития.
9. Методические рекомендации для образовательных организаций Краснодарского края об организации образовательной деятельности в I-IV классах в 2016-2017 учебном году

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в

пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные (домашние) формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Цель: формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям посильными физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время.

2. Общая характеристика учебного предмета

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Особенностью преподавания предмета физическая культура для детей с задержкой психического развития, является направленность на реализацию принципа вариативности, дающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с психофизическими, возрастными-половыми особенностями учащихся.

Важной особенностью преподавания уроков физкультуры является использование системного подхода к применению разнообразных форм, средств, путей и методов физического воспитания, способов дозирования нагрузок, индивидуальный и дифференцированный подходы, но имеющий единую целевую направленность на коррекцию и развитие двигательной сферы ребенка.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 0,25 ч в неделю (всего 33,75 ч): в 1 классе — 8,25 ч, во 2 – 4 классе — ПО 8,5 ч. Рабочая программа рассчитана на четыре года обучения (по 0,25 ч в неделю).

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов				
		Рабочая программа	Рабочая программа по классам			
			1 кл.	2 кл.	3 кл.	4 кл.
1.	Знания о физической культуре	4	1	1	1	1
2.	Физические упражнения	4	1	1	1	1
3.	Способы физкультурной деятельности	6	1,5	1,5	1,5	1,5
4.	Подвижные игры	12	3	3	3	3
5.	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	7,75	1,75	2	2	2
	Итого	33,75	8,25	8,5	8,5	8,5

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

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.

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.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения АООП НОО соответствуют ФГОС НОО

1) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

2) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

3) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

4) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

5) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

б) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения АООП НОО соответствуют ФГОС НОО :

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

4) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

5) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

б) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

7) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты освоения АООП НОО (Физическая культура):

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

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и других), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

6. Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре

Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического).

Физическая культура и здоровье как факторы успешной учебы и социализации.

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

Физические упражнения

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

Способы физкультурной деятельности

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

Организация и проведение подвижных игр (во дворе, с сестрами и братьями). Соблюдение правил игр.

Подвижные игры

Подвижные игры и элементы спортивных игр.

На материале гимнастики: игровые задания упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

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

На материале спортивных игр:

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

Пионербол: броски и ловля мяча в парах через сетку двумя руками снизу и сверху;

Подвижные игры разных народов. Игры народов России. Игры кубанских казаков.

Коррекционно-развивающие игры: «Порядок и беспорядок», «Узнай, где звонили», «Собери урожай».

Игры с бегом и прыжками: «Сорви шишку», «У медведя во бору», «Подбеги к своему предмету», «День и ночь», «Кот и мыши», «Пятнашки»; «Прыжки по кочкам». Игры с мячом: «Метание мячей и мешочков»; «Кого назвали – тот и ловит», «Мяч по кругу», «Не урони мяч».

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

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

Комплексы дыхательных упражнений.

Гимнастика для глаз.

7. Тематическое планирование предмета «Окружающий мир» с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

1 класс					
№ раз дела	Название раздела	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Знания о физической культуре	1	Первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.	0,25	Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе
			Физическая культура и здоровье как факторы успешной учебы	0,25	
			Организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	0,25	
			Правила личной гигиены	0,25	
2	Физические упражнения	1	Физические упражнения. Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей	0,25	Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Описывают технику ходьбы, бега. Выполняют общеразвивающие упражнения , тренируются в спортивной ходьбе, осваивают навыки бега. Развивают координацию движений, совершенствуют навык прыжков на скакалке.
			Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей	0,25	
			Освоение навыков бега, развитие выносливости.	0,25	
			Прыжки со скакалкой	0,25	
3	Способы физкультурной деятельности	1,25	Комплексы упражнений для формирования правильной осанки	0,25 0,25	Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки Проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки)
			Знакомство с комплексом утренней гимнастики	0,25	

			Освоение комплекса утренней гимнастики	0,25	Объясняют необходимость делать утреннюю зарядку.
			Разучивание физкультминуток.	0,25	
4	Подвижные игры	3	Игры кубанских казаков. Передай подкову	0,25	Учатся играть по правилам, разучивают правила игры Учатся играть с сестрами и братьями, друзьями. Описывают технику игровых действий Взаимодействуют со сверстниками Совершенствуют навыки бега, развивают координацию движений, способность к ориентированию в пространстве Учатся соблюдать правила безопасности
			Перетяжки	0,25	
			Перетяни палку	0,25	
			Плетень	0,25	
Кубанка	0,25				
Игры народов России. Белки в лесу	0,25				
Быстрее по местам	0,25				
Быстрее по местам	0,25				
Веревочка	0,25				
Зайцы и лиса	0,25				
Подвижные игры разных народов.	0,25 0,25				
5	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	1,75	Организация здоровьесберегающей жизнедеятельности	0,25 0,25	Рассказывают о необходимости беречь здоровье Изучают комплекс упражнений для развития силы, ловкости, выносливости Объясняют, для чего нужно соблюдать режим дня С помощью взрослых составляют режим дня Учатся наблюдать за своим здоровьем: сравнивать свое состояние до и после физических нагрузок Изучают комплекс упражнений для глаз
			Составление режима дня	0,25 0,25	
			Учимся наблюдать за своим физическим состоянием	0,25 0,25	
			Гимнастика для глаз. Комплекс упражнений	0,25	

2 класс					
1	Знания о физической культуре	1	Физическая культура и здоровье как факторы успешной учебы и социализации.	0,25	Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе
			Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий,	0,25	
			Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: подбор одежды, обуви и инвентаря.	0,25	
			Правила личной гигиены.	0,25	
2	Физические упражнения	1	Физические упражнения. Освоение навыков равновесия и развитие координационных способностей	0,25	Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Разучивают упражнения на развитие координации, танцевальные упражнения Выполняют общеразвивающие упражнения, тренируются в спортивной ходьбе, осваивают навыки танцевального шага. Развивают координацию движений, осваивают строевые команды
			Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей	0,25	
			Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей	0,25	
			Освоение строевых упражнений	0,25	
3	Способы физкультурной деятельности	1,25	Комплексы упражнений для формирования правильной осанки	0,25 0,25	Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки Проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки)
			Знакомство с комплексом утренней гимнастики	0,25	

			Освоение комплекса утренней гимнастики	0,25	Объясняют необходимость делать утреннюю зарядку.
			Разучивание физкультминуток.	0,25	
4	Подвижные игры	3	Подвижные игры, совершенствующие навыки бега	0,25	Учатся играть по правилам, разучивают правила игры Учатся играть с сестрами и братьями, друзьями. Описывают технику игровых действий Взаимодействуют со сверстниками Совершенствуют навыки бега, развивают координацию движений, способность к ориентированию в пространстве Учатся прыжкам в длину и высоту Учатся метать в цель Учатся соблюдать правила безопасности
			К своим флажкам	0,25	
	Два мороза		0,25		
			Пятнашки	0,25	
			Гуси-гуси	0,25	
			Подвижные игры, совершенствующие навыки в прыжках	0,25	
			Прыгающие воробушки	0,25	
			Зайцы в огороде	0,25	
			Лисы и куры	0,25	
			Точный расчет	0,25	
			Подвижные игры, закрепляющие умения метаний в цель	0,25	
			Метко в цель	0,25	
			Кто дальше	0,25	
5	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	2	Организация здоровьесберегающей жизнедеятельности	0,25	Рассказывают о необходимости беречь здоровье Изучают комплекс упражнений для развития силы, ловкости, выносливости Объясняют, для чего нужно соблюдать режим дня С помощью взрослых составляют режим дня Учатся наблюдать за своим здоровьем: сравнивать свое состояние до и после физических нагрузок Изучают комплекс упражнений для глаз
				0,25	
			Составление режима дня	0,25	
				0,25	
			Учимся наблюдать за своим физическим состоянием	0,25	
			Гимнастика для глаз. Комплекс упражнений	0,25	

3 класс					
1	Знания о физической культуре	1	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	0,25	Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе
			Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	0,25	
			Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: подбор одежды, обуви и инвентаря.	0,25	
			Правила личной гигиены.	0,25	
2	Физические упражнения	1	Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.	0,25	Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Разучивают упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия Выполняют общеразвивающие упражнения. Учатся определять частоту сердечных сокращений, сравнивать пульс до и после физической нагрузки
			Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости	0,25	
			Характеристика основных физических качеств: гибкости и равновесия.	0,25	
			Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	0,25	
3	Способы физкультурной деятельности	1,25	Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур	0,25 0,25	Составляют режима дня. Выполняют простейшие закаливающие процедуры, комплекс упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведут оздоровительных
			Упражнения для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных	0,25	

			физических качеств;		занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Измеряют длину и массу тела, показатели осанки и физических качеств. Измеряют частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.
			Длина и масса тела, показатели осанки и физических качеств.	0,25	
			Частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	0,25	
4	Подвижные игры	3	Подвижные игры, совершенствующие навыки бега,	0,25	Учатся играть по правилам, разучивают правила игры Учатся играть с сестрами и братьями, друзьями. Описывают технику игровых действий Взаимодействуют со сверстниками Совершенствуют навыки бега, развивают координацию движений, способность к ориентированию в пространстве Учатся прыжкам в длину и высоту Учатся метать в цель Учатся соблюдать правила безопасности Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе Используют подвижные игры для активного отдыха
			способности к ориентированию в пространстве	0,25	
			Пустое место	0,25	
Белые медведи	0,25				
Космонавты	0,25				
Подвижные игры, совершенствующие элементарные умения в ловле, бросках, передачи мяча	0,25				
Ловля и передача мяча на месте	0,25				
Ведение мяча с изменением направления	0,25				
Броски в цель	0,25				
Подбрасывание и передача мяча	0,25				
			Комплексное развитие координационных способностей	0,25	
			Борьба за мяч	0,25	
			Перестрелка	0,25	
5	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	2	Организация здоровьесберегающей жизнедеятельности	0,25	Рассказывают о необходимости беречь здоровье Изучают комплекс упражнений для развития силы, ловкости, выносливости Объясняют, для чего нужно соблюдать
				0,25	
			Составление режима дня	0,25	
				0,25	

					режим дня
			Учимся наблюдать за своим физическим состоянием	0,25	С помощью взрослых составляют режим дня
			Гимнастика для глаз. Комплекс упражнений	0,25 0,25	Учатся наблюдать за своим здоровьем: сравнивать свое состояние до и после физических нагрузок Изучают комплекс упражнений для глаз

4 класс					
1	Знания о физической культуре	1	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.	0,25	Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе
			Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	0,25	
			Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: подбор одежды, обуви и инвентаря.	0,25	
			Правила личной гигиены.	0,25	
2	Физические упражнения	1	Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.	0,25	Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Разучивают упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия Выполняют общеразвивающие упражнения.
			Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости	0,25	
			Характеристика основных физических качеств: гибкости и равновесия.	0,25	
			Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных	0,25	

			сокращений.		Учатся определять частоту сердечных сокращений, сравнивать пульс до и после физической нагрузки
3	Способы физкультурной деятельности	1,25	Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур	0,25 0,25	Составляют режима дня. Выполняют простейшие закаливающие процедуры, комплекс упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведут оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки). Измеряют длину и массу тела, показатели осанки и физических качеств. Измеряют частоту сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.
			Упражнения для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств;	0,25	
			Длина и масса тела, показатели осанки и физических качеств.	0,25	
			Частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	0,25	
4	Подвижные игры	3	Подвижные игры, совершенствующие навыки бега, способности к ориентированию в пространстве	0,25	Учатся играть по правилам, разучивают правила игры Учатся играть с сестрами и братьями, друзьями. Описывают технику игровых действий Взаимодействуют со сверстниками Совершенствуют навыки бега, развивают координацию движений, способность к ориентированию в пространстве Учатся прыжкам в длину и высоту Учатся метать в цель Учатся соблюдать правила безопасности Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе Используют подвижные игры для активного отдыха
			Ловишки	0,25	
	Пятнашки		0,25		
	Казачата		0,25		
	Подвижные игры, совершенствующие элементарные умения в ловле, бросках, передачи мяча		0,25		
Ловля и передача мяча на месте	0,25				
Ведение мяча с изменением направления	0,25				
Броски в цель	0,25				
Подбрасывание и передача мяча	0,25				
			Комплексное развитие координационных способностей		

			Сними папаху (игра казачат) Самый меткий	0,25 0,25	
5	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	2	Организация здоровьесберегающей жизнедеятельности	0,25 0,25	Рассказывают о необходимости беречь здоровье Изучают комплекс упражнений для развития силы, ловкости, выносливости Объясняют, для чего нужно соблюдать режим дня С помощью взрослых составляют режим дня Учатся наблюдать за своим здоровьем: сравнивать свое состояние до и после физических нагрузок Изучают комплекс упражнений для глаз
			Составление режима дня	0,25 0,25	
			Наблюдение за своим физическим состоянием	0,25	
			Гимнастика для глаз. Комплекс упражнений	0,25 0,25	

8. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество (указать конкретное количество)
1. Печатные пособия		
1.1	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1 - 4 классы	1
1.2	Учебники Владимир Лях: Физическая культура. 1-4 классы. Учебник. ФГОС. М., Просвещение, 2016 г.	1
1.3	Владимир Лях: Физическая культура. 1-4 классы. Методические рекомендации М., Просвещение, 2014 г	1
2. Учебно-практическое оборудование		
2.1	Коврик гимнастический	1

2.2	Мяч набивной	1
2.3	Мяч малый (теннисный)	1
2.4	Скакалка гимнастическая	1
2.5	Палка гимнастическая	1
2.6	Обруч гимнастический	1
2.7	Секундомер	1
3. Технические средства обучения (средства ИКТ)		
3.1	Ноутбук.	1

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей
№ 1 от 30.08.2017 года
Стася В.Н.Горшкова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
Г.Л.Бородина
Г.Л.Бородина
30.08.2017 года