



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 392 с углубленным изучением французского языка Кировского района Санкт-Петербурга
198260, Санкт-Петербург, пр. Ветеранов, дом 87, корпус 2, литер А
e-mail: sc392@kirov.spb.ru

«ПРИНЯТО»

Решением Педагогического совета
государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы
№ 392 с углубленным изучением
французского языка Кировского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 6
от «30» августа 2023 г

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом по государственному бюджетному
общеобразовательному учреждению средней
общеобразовательной школе № 392 с
углубленным изучением французского языка
Кировского района Санкт-Петербурга от
31.08.2023. №134/2
Директор  / И.А. Изотова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Физическая культура»
для обучающихся 1 класса**

Срок реализации: 1 год

Санкт-Петербург
2023

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с нормативными документами:

- 1) Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373;
- 3) приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (приказ вступает в силу с 01.09.2021 и действует до 01.09.2027);
- 4) письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации о реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий);
- 5) приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность» (Зарегистрирован 14.09.2020 № 59808);
- 6) приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020 № 766 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. № 254»;
- 7) Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...»);
- 8) Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- 9) Устав ГБОУ СОШ № 392;
- 10) Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ СОШ № 392 (для обучающихся 2 – 4 классов);
- 11) календарный учебный график ГБОУ СОШ № 392;
- 12) учебно-методический комплекс ГБОУ СОШ № 392
- 13) Положение о рабочей программе ГБОУ СОШ № 392;
- 14) Положение о формах, периодичности, порядке и системе оценивания текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся;
- 15) Положение о формировании фонда оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации ГБОУ СОШ № 392.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников, где (в сочетании с другими формами обучения) достигается формирование физической культуры личности. 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**, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования, с учётом особенностей образовательного учреждения, наличия материально-технического обеспечения, возможностей контингента учащихся.

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- 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;
 - развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
 - формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
 - выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
 - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
 - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
 - воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений,

содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогике сотрудничества* — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

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.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Закона «Об образовании»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы начального общего образования;
- приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается в 1 классе из расчёта 3 ч в неделю, 99 ч в год. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

В данной программе учебный материал на овладение компонентами программы (подвижные игры, гимнастика с элементами акробатики, легкоатлетические упражнения, (коньковая подготовка) представлен из расчета 2 ч в неделю (раздел «основы знаний о физической культуре» осваивается в процессе уроков). На третий час предложена программа «Подвижные игры» в соответствии с методическими рекомендациями «Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» (авторы – Е.В. Попова, О.В. Старолавинова) – СПб.: СПб АППО, 2012г.

При планировании учебного материала программы в соответствии с САНПИН (температурный режим), заменять тему «Катание на коньках» на углубленное освоение содержания тем «Спортивные игры», «Подвижные игры».

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

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

Метапредметные результаты

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

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Под педагогической технологией следует понимать такое построение деятельности педагога, в котором все входящие в него действия представлены в определенной целостности и последовательности, а выполнение представляет достижение необходимого результата и имеет вероятностный характер. Деятельность педагога осуществляется на основе личностной ориентации педагогического процесса, активизации и интенсификации деятельности учащихся, эффективности управления и организации учебного процесса, дидактического усовершенствования и реконструирования материала.

В уроке физической культуры используются следующие образовательные технологии:

1. **Здоровьесберегающие технологии** (внедрение адаптивной системы обучения с учетом индивидуальных особенностей учащихся, их состояния здоровья).
2. **Технологии коллективного обучения** (обучение в сотрудничестве, предполагающее организацию групп учащихся, работающих совместно над решением какой-либо проблемы, темы, вопроса, обеспечение диалогического общения в процессе обучения не только между учителем и учениками, но и между учащимися, то есть включать механизм адаптации к индивидуальным особенностям товарищей, устанавливая социальные контакты с другими членами коллектива).
3. **Технологии разноуровневого обучения** (создание условий для обеспечения собственной учебной деятельности обучающихся с учетом уровня обучаемости, необходимого времени для усвоения учебного материала, позволяющие приспособить учебный процесс к индивидуальным особенностям школьников, различному уровню сложности содержания обучения).
4. **Технология проблемного обучения** (необходимость обеспечения более глубокого учета и использования психофизиологических особенностей обучаемых).
5. **Технология встречных усилий учителя и ученика** (обеспечение свободы в выборе средств, форм и методов обучения, как со стороны педагога, так и со стороны детей, посредством создания атмосферы доверия, сотрудничества, взаимопомощи, возможность проектирования учебного процесса, организационных форм воздействия учителя на ученика, обеспечивающих гарантированные результаты обучения).
6. **Компьютерные технологии** (использование ЭОР в образовательном процессе).

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, коньки .

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

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

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

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

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

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

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

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики.

Организуящие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения: упражнения в группировке; перекаты; кувырок в сторону, кувырок вперед, стойка на лопатках.

Упражнения в висах и упорах, упражнения в лазаньи и перелезании, в равновесии: на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке, на перекладине, на канате.

Опорный прыжок: перелезание через гимнастического коня.

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

Лёгкая атлетика.

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

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

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

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры.

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

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

На материале 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.

Ниже представлено тематическое планирование в соответствии с учебником для общеобразовательных учреждений автора В. И. Ляха: «Физическая культура. 1—4 классы» (М.: Просвещение, 2011).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел программы	Количество часов (уроков)
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
2	Подвижные игры	20
3	Гимнастика с элементами акробатики	17
4	Легкоатлетические упражнения	20
5	Коньковая, кроссовая подготовка	20
6	Подвижные игры с элементами баскетбола	22
	Итого	99

Уровень физической подготовленности

Физические качества	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с.	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см.	130	125
	Сгибание рук в висе лежа, количество раз	5	4
Выносливость	Бег 1000 м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3 по 10 м/с	11,0	11,5

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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:

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

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

Учебно-тематическое планирование по физической культуре

в 1 – х классах

Количество часов: всего 99 часов; в неделю 3 часа.

Планирование составлено на основе – Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов В.И. Ляха

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Виды деятельности учащихся	Дата проведения	
				По плану	Фактически
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках и пятках.	Вводный	Знакомятся с правилами поведения на уроке ф-ры. Выполняют упражнения под заданный темп. Выполняют упражнения по заданию.		
2	Инструктаж по ТБ при выполнении легкоатлетических упражнений. Обычный бег. Бег с ускорением.	Изучение нового материала	Изучают технику бега. Изучают технику ускорения. Бег по заданию.		
3	Бег 30м 60 м. Подвижная игра "Гуси-лебеди"	Комбинированный	Выполняют забеги на заданные дистанции. Играют.		
4	Ходьба под счет. Бег с ускорением. Понятие "короткая дистанция"	Комбинированный	Выполняют упражнения под заданный темп. Знакомятся с новым термином.		
5	Бег 60 м. Ходьба с высоким подниманием бедра.	Комбинированный	Выполняют забег на заданную дистанцию. Выполняют упражнения по заданию.		
6	Прыжки на одной двух ногах. ПИ «Зайцы в огороде»	Изучение нового материала	Изучают технику выполнения прыжков. Играют.		
7	Прыжки с продвижением вперед. ОРУ.	Комбинированный	Выполняют прыжковые упражнения. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
8	Прыжок в длину с места. ПИ «Лисы и куры»	Комбинированный	Выполняют прыжок в длину на дальность с объявлением результата. Играют.		
9	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. ПИ «К своим флажкам»	Изучение нового материала	Изучают технику метания мяча. Играют.		
10	Метание малого мяча из положения стоя	Комбинированный	Закрепляют технику броска мяча. Играют		

	грудью по направлению метания. ПИ «Попади в мяч»				
11	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. ПИ «Кто дальше бросит»	Комбинированный	Закрепляют технику броска мяча. Играют.		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий,

доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

12	Инструктаж по ТБ во время продолжительного бега. Равномерный бег 3 мин. ПИ «Пятнашки»	Изучение нового материала	Изучают особенности длительного бега Играют.		
13	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
14	Равномерный бег 4 мин. ПИ «Горелки»	Комплексный	Бегут 4 минуты без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют.		
15	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
16	Равномерный бег 5 мин. ПИ «Третий лишний»	Комплексный	Бегут 5 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
17	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) Понятие «здоровье»	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Знакомятся с значением термина - здоровье.		
18	Равномерный бег 6 мин. ПИ «Октябрята»	Комплексный	Бегут 6 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
19	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
20	Равномерный бег 7 мин. ПИ «Конники-спортсмены»	Комплексный	Бегут 7 минуты без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют.		
21	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
22	Равномерный бег 8 мин. ПИ «Гуси-лебеди»	Комплексный	Бегут 8 минуты без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют.		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

23	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Основная стойка. Построение в колонну	Изучение нового материала	Изучают базовое исходное положение в гимнастике Выполняют перестроения в колонну из разных ситуаций		
----	--	---------------------------	--	--	--

	по одному.				
24	Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе.	Комплексный	Выполняют группировки по команде учителя. Выполняют перекаты по одному, на гимнастических матах.		
25	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Перекаты в группировке, лежа на животе. ПИ «Совушка»	Комплексный	Выполняют перекаты по одному, на гимнастических матах. Играют.		
26	Перестроение в шеренгу. Группировка.	Комплексный	Выполняют перестроения в шеренгу из разных ситуаций Выполняют группировки по команде учителя.		
27	Перестроение в круг. ПИ «Космонавты»	Комплексный	Выполняют перестроения в круг из разных ситуаций. Играют.		
28	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ	Комплексный	Выполняют перекаты по одному, на гимнастических матах. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
29	Построение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые руки в стороны.	Изучение нового материала	Изучают перестроения по заданным местам в зале. Изучают выбор удобной дистанции для упражнений.		
30	ОРУ с обручами. Стойка на носках на гимнастической скамейке.	Комплексный	Выполняют общеразвивающие упражнения с использованием обруча. Выполняют гимнастические упражнения на гимнастической скамейке по заданию учителя.		
31	Повороты направо, налево. ПИ «Не ошибись»	Комплексный	Выполняют повороты стороны по заданию учителя. Играют		
32	Повороты направо и налево. ПИ «Не ошибись!»	Совершенствования	Улучшают повороты стороны по заданию учителя. Играют		
33	Выполнение команд «Класс шагом марш!», «Класс стой!». Ходьба по гимнастической скамейке	Совершенствования	Выполняют команды учителя, из разных положений. Улучшают технику ходьбы по скамейке, развитие равновесия.		
34	Перешагивание через мячи. ПИ «Западня»	Совершенствования	Улучшают способность к перелезанию. Играют.		
35	Лазание по	Изучение	Изучают технику лазания по		

	гимнастической стенке. ПИ «ниточка и иголочка»	нового материала	вертикальным препятствиям. Играют.		
36	Перелезание через коня. ОРУ.	Комплексный	Выполняют перелезания через гимнастического коня по одному, по команде учителя. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
37	ОРУ в движении. ПИ «Фигуры»	Комплексный	Выполняют общеразвивающие упражнения в динамике. Играют.		
38	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев, стоя и на коленях. Перелезание через горку матов.	Комплексный	Выполняют лазание по гимнастической стенке по заданию учителя. Выполняют перелезания через маты по одному в колонне по команде учителя.		
39	Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. ПИ «Три движения»	Комплексный	Выполняют специальные подтягивания на скамейке, на количество раз и на скорость. Играют.		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

40	Инструктаж по ТБ на уроках ПИ. Эстафеты. ПИ «Два мороза»	Изучение нового материала	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
41	Эстафеты. ПИ «К своим флажкам»	Совершенствования	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
42	Эстафеты. ПИ «Класс, смирно!»	Совершенствования	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
43	ОРУ. ПИ «Октябрята»	Совершенствования	Выполняют общеразвивающие упражнения. Играют.		
44	Эстафеты. ПИ «Метко в цель»	Совершенствования	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
45	ОРУ. ПИ «Погрузка арбузов»	Совершенствования	Выполняют общеразвивающие упражнения. Играют.		
46	Эстафеты. ПИ «Через кочки и пенечки»	Совершенствования	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
47	ОРУ. ПИ «Кто дальше бросит»	Совершенствования	Выполняют общеразвивающие упражнения. Играют.		
48	Эстафеты. ПИ «Волк во рву»	Совершенствования	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Играют		
49	Коньки. Техника безопасности при	Комбинированный	Техника безопасности при занятиях на коньках; Правила поведения на льду;		

	занятиях на коньках		Эстафеты.		
50	Коньки. Подбор коньков. Приемы и техника падения	Комбинированный	Подбор коньков. Приемы и техника падения. Эстафеты.		
51	Коньки. Эстафеты.	Комбинированный	Приемы и техника падения. Эстафеты.		
52	Коньки .Обучение позы конькобежца. Торможение «плугом».	Комбинированный	Обучение позы конькобежца. Торможение «плугом».		
53	Коньки. Закрепление навыка отталкивания в катании по прямой.	Комбинированный	Закрепление навыка отталкивания в катании по прямой. Поворот направо и налево «дугой».		
54	Коньки. Упражнения в равновесии.	Комбинированный	Упражнения в равновесии. Катание по прямой , руки в стороны.		
55	Коньки. Обучение повороту приставными шагами (разучивание поворотов влево и вправо по окружности радиусом 6—8 м).	Комбинированный	Обучение повороту приставными шагами (разучивание поворотов влево и вправо по окружности радиусом 6—8 м).		
56	Коньки .Закрепление техники катания по повороту приставными шагами (увеличить радиус круга до 10—12 м).	Комбинированный	Закрепление техники катания по повороту приставными шагами (увеличить радиус круга до 10—12 м).		
57	Коньки. Разучивание работы рук.	Комбинированный	Разучивание работы рук. Совершенствование техники катания по прямой.		
58	Коньки. Разучивание упражнения «фонарик».	Комбинированный	Разучивание упражнения «фонарик».		

59	Коньки. Упражнения в равновесии.	Комбинированный	Упражнения в равновесии. Катание по прямой, руки в стороны.		
----	----------------------------------	-----------------	---	--	--

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

60	Инструктаж по ТБ при выполнении упражнений с мячом. Бросок мяча снизу на месте. ПИ «Играй бросай»	Изучение нового материала	Изучают основы владения мячом. Играют.		
61	Ловля мяча на месте. ОРУ.	Совершенствования	Выполняют передачу и ловлю мяча, работая в парах и колоннах. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
62	Бросок мяча снизу на месте. ПИ «Передача мяча в колоннах»	Совершенствования	Улучшают навык броска мяча. Играют.		
63	Ловля мяча на месте. ОРУ.	Комплексный	Выполняют передачу мяча, работая в парах и колоннах. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
64	Бросок мяча снизу на месте. ПИ «Мяч соседу»	Совершенствования	Улучшают навык броска мяча. Играют.		
65	Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами.	Совершенствования	Выполняют передачу по команде учителя в парах Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		
66	Бросок мяча снизу на месте. ПИ «Гонка мячей по кругу»	Совершенствования	Выполняют бросок мяча, работая в парах и колоннах. Играют		
67	Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами.	Комплексный	Выполняют передачу по команде учителя в парах Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		
68	Бросок мяча на месте в щит. ПИ «Перестал - садись»	Совершенствования	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
69	Эстафеты с мячами. Передача мяча снизу на месте.	Совершенствования	Выполняют передачу мяча, работая в парах и колоннах. Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		
70	Бросок мяча на месте в щит. ПИ «Выстрел в небо»	Совершенствования	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
71	Эстафеты с мячами. Игра в мини-баскетбол.	Комплексный	Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет. Играют в баскетбол по упрощенным правилам.		
72	Бросок мяча на месте в щит. ПИ «Охотники и утки»	Совершенствования	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		

73	Эстафеты с мячами. Передача и ловля мяча снизу на месте.	Совершенствов ания	Выполняют передачу по команде учителя в парах Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		
74	Бросок мяча на месте в щит. ПИ «Круговая лопата»	Совершенствов ания	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
75	Эстафеты с мячами. Передача и ловля мяча снизу на месте.	Комплексный	Выполняют передачу по команде учителя в парах Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		
76	Инструктаж по ТБ при выполнении упражнений с мячом. Бросок мяча на месте в щит. ПИ «Мяч в обруч»	Комплексный	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
77	Ведение мяча на месте. Передача и ловля мяча снизу на месте.	Комплексный	Выполняют передачу мяча, работая в парах и колоннах. Выполняют ведение мяча на месте по заданию учителя.		
78	Бросок мяча снизу на месте в щит. ПИ «Не давай мяча водящему»	Комплексный	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
79	Ведение мяча на месте. Передача и ловля мяча снизу на месте.	Комплексный	Выполняют передачу по команде учителя в парах Выполняют ведение мяча на месте по заданию учителя.		
80	Бросок мяча в щит снизу на месте. ПИ «Перестрелка»	Комплексный	Выполняют бросок в щит по команде учителя с заданного расстояния Играют		
81	Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами	Комплексный	Выполняют ведение мяча на месте по заданию учителя. Выполняют различные упражнения с мячом в ходе эстафет.		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

82	Инструктаж по ТБ во время продолжительного бега. Равномерный бег 3 мин. ПИ «Пятнашки»	Комплексный	Бегут 3 минуты без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
83	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
84	Равномерный бег 4 мин. ПИ «Октябрята»	Комплексный	Бегут 4 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
85	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		

86	Равномерный бег 5 мин. ПИ	Комплексный	Бегут 5 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
87	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
88	Равномерный бег 6 мин. ПИ «Два мороза»	Комплексный	Бегут 6 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		
89	Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба 100м) ОРУ	Комплексный	Выполняют специальное упражнение бег-ходьба, по команде учителя заменяя одно задание на другое. Выполняют общеразвивающие упражнения.		
90	Равномерный бег 7 мин. ПИ «Третий лишний»	Комплексный	Бегут 7 минут без остановок в колонне по одному вокруг зала. Играют		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

91	Инструктаж по ТБ при выполнении легкоатлетических упражнений. Бег с изменением направления, ритма и темпа. ПИ «Воробы и вороны»	Комплексный	Выполняют беговые упражнения с изменениями задания по ходу движения. Играют.		
92	Сочетание различных видов ходьбы. Бег 30 м.	Комплексный	Выполняют разнообразные упражнения и их комбинации. Бегут 30 м на время		
93	Бег в заданном коридоре. ПИ «День и ночь»	Комплексный	Выполнение беговых упражнений в отведенном пространстве. Играют.		
94	Бег 60 м. ОРУ	Комплексный	Бегут 60 м на время Выполняют общеразвивающие упражнения		
95	Прыжок в длину с места. ПИ «Парашютисты»	Комплексный	Прыгают в длину кто дальше. Играют.		
96	Сочетание различных видов ходьбы. Бег 30 м.	Комплексный	Выполняют разнообразные упражнения и их комбинации. Бегут 30 м на время		
97	Бег в заданном коридоре. ПИ «День и ночь»	Комплексный	Выполнение беговых упражнений в отведенном пространстве. Играют.		
98	Бег 60 м. ОРУ	Комплексный	Бегут 60 м на время Выполняют общеразвивающие упражнения		
99	Эстафеты. ОРУ.	Комплексный	Выполняют различные упражнения в ходе эстафет. Выполняют общеразвивающие упражнения		

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

