

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СЕЛА СПЛАВНУХА
КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»
(МБОУ «ООШ села Сплавнуха»)

Россия, 412834, Саратовская область, Красноармейский район, село Сплавнуха, улица Ленина, 30
Тел.8 902 041 60 46 e-mail:krassclsplavnuha@yandex.ru Сайт:s12764.Nubex.ru.
ОКПО 34196374; ОГРН 1026401733643; ИНН 6442009025; КПП 644201001

Согласовано:

Руководитель ШМО начальных классов


 И.Б. Корякина

подпись Ф.И.О.

Протокол № 1 от 30.08 2021г

Согласовано:

Заместитель директора по УВР

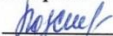
 А.Т. Суляйманова

подпись Ф.И.О.

«30» 08 2021 г.

Утверждено:

Директор МБОУ «ООШ села Сплавнуха»

 Т. И. Подставина

подпись Ф.И.О.

Приказ № 159 от «01» 08 2021г.



АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Подвижные игры» 1-4 классы
начальное общее образование (ФГОС НОО)

Пояснительная записка

Пояснительная записка

Рабочая программа «Подвижные игры» для обучающихся с интеллектуальными нарушениями для 1-4 класса составлена на основе адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями, которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы.

Содержание программы направлено на освоение обучающимися базовых знаний, универсальных учебных действий, что соответствует требованиям ФГОС к освоению обучающимися АООП НОО. Данная программа включает все темы, предусмотренные программой учебного предмета.

Рабочая программа составлена на основе Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Подготовительный, 1-4 классы: / Под ред. В.В. Воронковой. - Москва «Просвещение».

Программа ориентирована на использование учебника: Физическая культура. 1-4 классы: учебник для учащихся 1-4 кл. шк./В.И.Лях М.: Просвещение, 2019г

Подвижные игры изучается с 1 по 4 класс из расчёта 1 час в неделю (всего 135 ч): на 2021-2022 согласно учебного плана МБОУ «ООШ села Сплавнуха» на реализацию этой программы отводится:

1 класс - 1 часа в неделю, 33 часов в год

2 класс - 1 часа в неделю, 34 часов в год

3 класс - 1 часа в неделю, 34 часов в год

4 класс - 1 часа в неделю, 34 часов в год

Раздел 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета физическая культура.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Базовым результатом образования в области физической культуры и спорта 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»

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.

Раздел «Знания о подвижных играх»

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «подвижные игры»,
- характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и

личностное развитие;

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

1 класс

В результате освоения программного материала по подвижным играм учащиеся 1 класса должны:

иметь представление:

- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
 - играть в подвижные игры;
 - соблюдать правила игры;
- демонстрировать уровень физической подготовленности.

2 класс

В результате освоения программного материала по подвижным играм учащиеся 2 класса должны:

иметь представление:

- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- играть в подвижные игры;

уметь:

- соблюдать правила игры;
 - играть в подвижные игры;
 - играть по упрощенным правилам;
 - определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- демонстрировать уровень физической подготовленности .

3 класс

В результате освоения программного материала по подвижным играм учащиеся 3 класса должны:

иметь представление:

- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;
- играть в подвижные игры;

уметь:

- играть в подвижные игры;
 - играть по упрощенным правилам;
 - составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
 - быстроты и координации в процессе соревнований;
- демонстрировать уровень физической подготовленности .

4 класс

В результате освоения программного материала по подвижным играм учащиеся 4 класса должны:

- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- играть в подвижные игры;

уметь:

- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе,
- соблюдать правила игры;
- играть в подвижные игры;
- играть по упрощенным правилам;

демонстрировать уровень физической подготовленности .

Раздел 2.Содержание начального общего образования по учебному предмету.

1 класс

Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Игра «Не оступись». ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие координационных способностей. ОРУ в движении. Игра «Быстро по местам» , «Лисы и куры» Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести Игра «Волк во рву», «Бездомный заяц». Правила организации и проведения игр. Упражнения в метании. Игра «Метко в цель», «Точный расчет».

Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики: Эстафеты с обручем. Игры на внимание «Совушка», «Пройди бесшумно». ОРУ в движении Игра «Не урони мешочек», «У медведя во бору» Развитие координации. Эстафеты, Развитие ловкости Игра «Бой петухов». Игра «Через холодный ручей», «Пятнашки» Развитие силы, ловкости. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки».Упражнения на развитие внимания. Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. П/И «Салки» и «Мышеловка». Разминка со стихотворным сопровождением П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»

Подвижные игры на материале баскетбола: Подвижная игра «Осада города». Передвижения без мяча и с мячом. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля мяча. Ведение, броски мяча в корзину. Подвижная игра «Вышибалы». Разминка с закрытыми глазами «Ночная охота». Подвижные игры по желанию учеников. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.

Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой. Знать как проходят эстафеты с мячом, как выполняется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотники и утки»

Подвижные игры на материале волейбола. Подвижная игра «Пионербол», правила игры. Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами». Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку, подача мяча, подвижная игра «Вышибалы через сетку». Прием и передача мяча. Разминка с малыми мячами. Разминка в движении. Броски набивного мяча от груди и снизу. П/и «Точно в цель». Разминка с игровым упражнением «Запрещенное движение». Подвижные игры для зала. Игровые упражнения на равновесие. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «Хвостики» и «Совушка». Подвижные игры «Воробьи-вороны», «Игра в птиц».

2 класс.

Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: (*прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту*). Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?». Бег коротким, средним и длинным шагом. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Предупреждение травматизма во время занятий Игры: «К своим флажкам», «Октябрята». Эстафеты. Развитие координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка». Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести. Игра «Волк во рву», «Веревочка под ногами». Правила организации и проведения игр. Упражнения в метании. Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».

Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики: (*игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию*). Эстафеты с обручем. Игры на внимание «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ. ОРУ в движении. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Игра «Не урони мешочек», «У медведя во бору» Развитие координации. Эстафеты. Развитие ловкости. Игра «Бой петухов», Веселые старты. Ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания. Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».

Подвижные игры на материале баскетбола: (*специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола*). Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Осада города». Упражнения с мячами в парах. Ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Ночная охота». Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Разминка с закрытыми глазами. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой. Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ на осанку. Варианты ловли и передачи мяча.

Подвижные игры на материале волейбола: (*подбрасывание мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов*). Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол», правила игры. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами». Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку». Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»

3 класс.

Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: (*прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту*). Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?». ?». Бег коротким, средним и длинным шагом. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Предупреждение травматизма во время занятий Игры: «К своим флажкам», «Октябрята». Эстафеты. Развитие координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка». Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести Игра «Волк во рву», «Веребочка под ногами». Правила организации и проведения игр. Упражнения в метании. Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».

Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики: (*игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию*). Эстафеты с обручем. Игры на внимание «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ. ОРУ в движении. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Игра «Не урони мешочек», «У медведя во бору» Развитие координации. Эстафеты. Развитие ловкости Игра «Бой петухов», Веселые старты. Ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания. Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».

Подвижные игры на материале баскетбола: (*специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола*). Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Осада города». Упражнения с мячами в парах. Ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Ночная охота». Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Разминка с закрытыми глазами. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой. Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ на осанку. Варианты ловли и передачи мяча.

Подвижные игры на материале волейбола: (*подбрасывание мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов*). Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»,. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами». Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку». Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»

4 класс

Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: (*прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту*). Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?». ?». Бег коротким, средним и длинным шагом. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Предупреждение травматизма во время занятий Игры: «К своим флажкам», «Октябрята». Эстафеты. Развитие

координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка». Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести Игра «Волк во рву», «Веревочка под ногами». Правила организации и проведения игр. Упражнения в метании. Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».

Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики: *(игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию)*. Эстафеты с обручем. Игры на внимание «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ. ОРУ в движении. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Игра «Не урони мешочек», «У медведя во бору» Развитие координации. Эстафеты. Развитие ловкости Игра «Бой петухов», Веселые старты. Ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания. Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».

Подвижные игры на материале баскетбола: *(специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола)*. Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Осада города». Упражнения с мячами в парах. Ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Ночная охота». Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Разминка с закрытыми глазами. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой. Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ на осанку. Варианты ловли и передачи мяча.

Подвижные игры на материале волейбола: *(подбрасывание мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов)*. Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол», правила игры. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами». Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку». Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»

Раздел 3 Тематическое планирование по физической культуре

1 класс

№п/п	Тема урока	Количество Часов На тему	теория	практика
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики	6		
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игра «Не оступись»			
3	Игра «К своим флажкам».			
4	Игра «Быстро по местам».			
5	Игра «Волк во рву», «Бездомный заяц»			
6	Игра «Метко в цель»,«Точный расчет».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.	7		
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов»			
10	Игра «Пятнашки»			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Подвижная игра «Мышеловка»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3.Подвижные игры на материале футбола, баскетбола	10		
14	Ловля и броски мяча в парах. Правила ТБ			
15	Подвижная игра «Осада города»			
16	Индивидуальная работа с мячом.			
17	Школа укрощения мяча			
18	Подвижная игра «Ночная охота»			

19	Глаза закрывай – упражнения начинай			
20	Подвижные игры «Через кочки пенечки» «Кто обгонит»			
21	Ведение мяча			
22	Ведение мяча в движении			
23	Эстафеты с мячом			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола	10		
24	Упражнения и подвижные игры с мячом			
25	Броски мяча через волейбольную сетку			
26	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.			
27	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций			
28	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
29	Подвижная игра «Точно в цель»			
30	Подвижные игры для зала			
31	Командная подвижная игра «Хвостики»»			
32	Подвижная игра «Воробьи-вороны»			
33	Подвижные и спортивные игры.			

Раздел 3 Тематическое планирование по физической культуре

2 класс

№п/п	Тема урока	Количество Часов На тему	теория	практика
	Раздел 1. Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .	6		
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			
5	Игры «Веребочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2. Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.	7		
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			
10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Космонавты»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3. Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .	12		
14	Ловля и броски мяча в парах. Правила ТБ			
15	Подвижная игра «Осада города»			
16	Броски и ловля мяча в парах.			

17	Частота сердечных сокращений, способы её измерения. Игра «Футбол»			
18	Ведение мяча.			
19	Упражнения с мячом.			
20	Подвижные игры «Передал - садись» «Попади в обруч»			
21	Ведение мяча на месте и в движении			
22	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
23	Броски и ловля мяча в парах.			
24	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола .	9		
26	Упражнения и подвижные игры с мячом			
27	Передача в парах через сетку.			
28	Подвижные игры «Попади в мяч» «Прыжки по полосам»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку			
30	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.			
31	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций			
32	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
33	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			
34	Спортивная игра «Футбол»			

3 класс

№п/п	Тема урока	Количество Часов На тему	теория	практика
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .	6		
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			
5	Игры «Веребочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики .	7		
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			
10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Шишки, желуди, орехи».			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3.Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .	14		
14	Спортивная игра «Футбол». Правила ТБ			
15	Футбол упражнения передача мяча.			
16	Футбол упражнения передача мяча в парах.			
17	Различные варианты футбольных упражнений в парах.			
18	Подвижная игра «Осада города»			
19	Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ			
20	Эстафеты с мячом			
21	Упражнения с мячом.			
22	Подвижные игры «Вызов номеров» «Защита укреплений»			

23	Ведение мяча на месте и в движении			
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
27	Спортивная игра «Баскетбол»			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола.	7		
28	Подвижные игры «Поймай и передай» «Мяч капитану»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций			
30	Пионербол как вид спорта.			
31	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
32	Упражнения и подвижные игры с мячом			
33	Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу.			
34	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			

Раздел 3 Тематическое планирование по физической культуре

4 класс

№п/п	Тема урока	Количество Часов На тему	теория	практика
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .	6		
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			

5	Игры «Веровочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.	7		
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			
10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Космонавты»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3.Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .	14		
14	Спортивная игра «Футбол». Правила ТБ			
15	Футбольные упражнения, передача мяча.			
16	Футбольные упражнения, передача мяча в парах.			
17	Различные варианты футбольных упражнений в парах.			
18	Подвижная игра «Осада города»			
19	Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ			
20	Эстафеты с мячом			
21	Упражнения с мячом.			
22	Подвижные игры «Перестрелка» «Снайперы»			
23	Ведение мяча на месте и в движении			
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
27	Спортивная игра «Баскетбол»			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола	7		
28	Подвижные игры «Поймай и передай» «мяч Капитану»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций			

30	Пионербол как вид спорта.			
31	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
32	Упражнения и подвижные игры с мячом			
33	Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу.			
34	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

1 класс

№п/п	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Примечание(причины корректировки)
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики.			
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игра «Не оступись»			
3	Игра «К своим флажкам».			
4	Игра «Быстро по местам».			
5	Игра «Волк во рву», «Бездомный заяц»			
6	Игра «Метко в цель»,«Точный расчет».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.			
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов»			
10	Игра «Пятнашки»			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Подвижная игра «Мышеловка»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3.Подвижные и игры на материале футбола, баскетбола.			
14	Ловля и броски мяча в парах. Правила ТБ			
15	Подвижная игра «Осада города»			
16	Индивидуальная работа с мячом.			
17	Школа укрощения мяча			
18	Подвижная игра «Ночная охота»			

19	Глаза закрывай – упражнения начинай			
20	Подвижные игры «Через кочки пенечки» «Кто обгонит»			
21	Ведение мяча			
22	Ведение мяча в движении			
23	Эстафеты с мячом			
	Раздел 4.Подвижные и игры на материале волейбола.			
24	Упражнения и подвижные игры с мячом			
25	Броски мяча через волейбольную сетку			
26	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.			
27	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций			
28	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
29	Подвижная игра «Точно в цель»			
30	Подвижные игры для зала			
31	Командная подвижная игра «Хвостики»»			
32	Подвижная игра «Воробьи-вороны»			
33	Подвижные и спортивные игры.			

ПРИЛОЖЕНИЕ

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

2 класс

№п/п	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Примечание(причины корректировки)
	Раздел 1. Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .			
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			
5	Игры «Веревочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2. Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.			
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			
10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Космонавты»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			

	Раздел 3.Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .			
14	Ловля и броски мяча в парах. Правила ТБ			
15	Подвижная игра «Осада города»			
16	Броски и ловля мяча в парах.			
17	Частота сердечных сокращений, способы её измерения. Игра «Футбол»			
18	Ведение мяча.			
19	Упражнения с мячом.			
20	Подвижные игры «Передал - садись» «Попади в обруч»			
21	Ведение мяча на месте и в движении			
22	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
23	Броски и ловля мяча в парах.			
24	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола .			
26	Упражнения и подвижные игры с мячом			
27	Передача в парах через сетку.			
28	Подвижные игры «Попади в мяч» «Прыжки по полосам»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку			
30	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.			
31	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций			
32	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
33	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			
34	Спортивная игра «Футбол»			

ПРИЛОЖЕНИЕ

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

3 класс

№п/п	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Примечание(причины корректировки)
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .			
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			
5	Игры «Веревочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики .			
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			
10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			

11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Шишки, желуди, орехи».			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3.Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .			
14	Спортивная игра «Футбол». Правила ТБ			
15	Футбол упражнения передача мяча.			
16	Футбол упражнения передача мяча в парах.			
17	Различные варианты футбольных упражнений в парах.			
18	Подвижная игра «Осада города»			
19	Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ			
20	Эстафеты с мячом			
21	Упражнения с мячом.			
22	Подвижные игры «Вызов номеров» «Защита укреплений»			
23	Ведение мяча на месте и в движении			
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
27	Спортивная игра «Баскетбол»			
	Раздел 4.Подвижные игры на материале волейбола.			
28	Подвижные игры «Поймай и передай» «Мяч капитану»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций			
30	Пионербол как вид спорта.			
31	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
32	Упражнения и подвижные игры с мячом			
33	Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу.			
34	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			

ПРИЛОЖЕНИЕ

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

4 класс

№п/п	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата фактического проведения	Примечание(причины корректировки)
	Раздел 1.Подвижные игры на материале лёгкой атлетики .			
1	Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ			
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эстафеты.			
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».			
5	Игры «Веревочка под ногами», «Волк во рву».			
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».			
	Раздел 2.Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики.			
7	Игра «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ			
8	Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации.			
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.			

10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.			
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».			
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Космонавты»			
13	Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений			
	Раздел 3. Подвижные игры на материале футбола, баскетбола .			
14	Спортивная игра «Футбол». Правила ТБ			
15	Футбольные упражнения, передача мяча.			
16	Футбольные упражнения, передача мяча в парах.			
17	Различные варианты футбольных упражнений в парах.			
18	Подвижная игра «Осада города»			
19	Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ			
20	Эстафеты с мячом			
21	Упражнения с мячом.			
22	Подвижные игры «Перестрелка» «Снайперы»			
23	Ведение мяча на месте и в движении			
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо			
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»			
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»			
27	Спортивная игра «Баскетбол»			
	Раздел 4. Подвижные игры на материале волейбола			
28	Подвижные игры «Поймай и передай» «мяч Капитану»			
29	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций			
30	Пионербол как вид спорта.			
31	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».			
32	Упражнения и подвижные игры с мячом			
33	Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу.			
34	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.			

