

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

**ВЫПИСКА**  
**из Основной образовательной программы начального общего образования**

**ПРИНЯТА**

Решением педагогического Совета  
протокол № 6 от 03.05.2018 года

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом директора ГБОУ НШ-ДС № 662  
№ 76/д от 03.05.2018 года

**СОГЛАСОВАНА**

с Советом родителей (законных представителей)  
обучающихся ГБОУ НШ-ДС № 662  
протокол № 2 от 03.05.2018 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, 1 КЛАСС**  
**(ПРЕДМЕТ, КЛАСС)**

Составитель:  
Алейникова И.В.  
учитель физической культуры,  
первая квалификационная категория

Кронштадт

Календарно – тематическое поурочное планирование  
на I четверть для 1 классов  
Легкая атлетика (24 ч)

Планируемые результаты

<p><b>Предметные:</b> - обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры. -оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности, -закреплять понятие физические качества: быстрота, выносливость, сила, координация движений.</p>	<p><b>Метапредметные:</b> - выполнять упражнения по образцу (Р) -уметь использовать полученные знания (Р) - осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П) - активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)</p>	<p><b>Личностные:</b> -проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками - видеть и чувствовать красоту движений, - формирование бережного отношения к своему здоровью.</p>
--	---	--

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	1 А		1 Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1(1)					Техника безопасности на уроках физкультуры. Строевые упражнения. Ио-001-2016	Вводный	Что такое физическая культура. Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями, закаливанием, подвижными и спортивными играми, туризмом. Чему обучают на уроках физической культуры.  Виды спорта входящие в	Раскрывать понятие «физическая культура». Характеризовать основные формы занятий (например, утренняя зарядка, закаливание, уроки физической культуры, занятия в спортивных секциях, игры во время отдыха, туристские походы).

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>школьную программу: гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол).</p> <p><b>Строевые упражнения.</b> Построения. Строевые команды: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «Налево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги. Значение строевых упражнений для занятий физической культурой. Правила выполнения строевых упражнений. Исходные положения.</p>	<p>Называть виды спорта, входящие в школьную программу. Определять виды спорта по характерным для них техническим действиям. Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Называть правила выполнения строевых упражнений. Характеризовать исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.</p>
2 (2)				Упражнения для развития ориентировки в пространстве. Прогулка	Изучение нового материала.	<p>Построения и перестроения. Строевые команды: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «Налево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги.</p>	<p><i>Характеризовать</i> строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. <i>Объяснять и демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Значение строевых упражнений для занятий физической культурой. Правила выполнения строевых упражнений. Исходные положения.</p> <p>Ориентировка в спортивном зале: дистанция, построение по определенным ориентирам, ходьба в заданном направлении, остановка с поворотом. Подвижная игра «К своим флажкам», «Пустое место»</p>	<p><i>Называть</i> способы построения и <i>различать</i> их между собой. <i>Называть</i> правила выполнения строевых упражнений. <i>Характеризовать</i> исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.</p> <p>Демонстрировать выполнение перемещений по сигналу учителя, с сохранением заданной дистанции, по заданному ориентиру.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</p>
3 (3)				Строевые упражнения. Подвижные игры.	Комбинированный урок	<p>Строевые упражнения. Построения. Строевые команды: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «Налево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги. Значение строевых упражнений для занятий физической</p>	<p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Называть правила выполнения</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>культурой. Правила выполнения строевых упражнений.</p> <p>Исходные положения. Утренняя зарядка. Утренняя зарядка и её значение для организма человека. Основные части тела человека. Упражнения утренней зарядки. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения</p>	<p>строевых упражнений.</p> <p>Характеризовать исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.</p> <p>Раскрывать значение утренней зарядки, её положительное влияние на организм человека. Называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений. Называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки. Выполнять упражнения утренней зарядки.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных беговых упражнений в стандартных условиях (не изменяющихся).</p>
4 (4)					<p>Строевые упражнения. Беговые упражнения. Подвижные игры.</p>	<p>Закрепление материала</p> <p>Утренняя зарядка. Строевые упражнения. Ходьба с выполнением различных заданий. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, с ускорением, с изменением направления.</p>	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

5 (5)					Строевые упражнения. Беговые упражнения. Подвижные игры.	Совершенство вание зун	Утренняя зарядка. Строевые упражнения. Ходьба с выполнением различных заданий.  Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, с ускорением, с изменением направления.  Подвижная игра: «Ловишки»	
6 (6)					Развитие выносливости организма. Подвижные игры.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба на носках, на пятках.  Комплекс упражнений без предметов. Ходьба и бег как самые распространённые способы передвижения человека. Сложные способы передвижения ходьбой и бегом (бокком, спиной вперёд). Изменение скорости ходьбы и бега.  Подвижные игры: «Быстро по местам», «К своим флажкам»,	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.  Называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений. Называть упражнения, входящие в комплекс. Выполнять комплекс упражнений без предметов Характеризовать исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.
7 (7)					Развитие выносливости организма. Подвижные игры.	закрепление	Построения и перестроения.  Комплекс упражнений без предметов. Ходьба и бег как самые распространённые способы	<i>Находить</i> отличия в технике выполнения ходьбы и бега от других способов передвижения человека (например, прыжков, кувырков и др.).

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>передвижения человека. Сложные способы передвижения ходьбой и бегом (боком, спиной вперёд). Изменение скорости ходьбы и бега.</p> <p>Подвижные игры: «Быстро по местам», «К своим флажкам»,</p>	<p>Определять общие признаки и различия в технике выполнения ходьбы и бега. Выполнять сложные способы передвижения (ходьба или бег спиной вперёд, ходьба или бег боком). Определять причины возникновения трудностей в выполнении сложных способов передвижения. Объяснять возможность изменения скорости передвижения в беге и ходьбе за счёт частоты шагов. Демонстрировать изменение скорости передвижения при беге и ходьбе.</p> <p><b>Проявлять</b> положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</p>
8 (8)					<p>Прыжковые упражнения. Подвижные игры.</p>	<p>Изучение нового материала</p> <p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений без предметов. Прыжки на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Подвижные игры: «Не оступись», « По кочкам»</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

9(9)					Прыжковые упражнения. Подвижные игры.	Закрепление материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений без предметов. Прыжки на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Подвижные игры: «Не оступись», « По кочкам»	Называть упражнения, входящие в комплекс. Выполнять комплекс упражнений без предметов  Демонстрировать технику выполнения прыжков: на месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперед и назад (толчком одной и двумя); левым и правым боком (толчком двумя);
10 (10)					Прыжковые упражнения. Развитие скростно – силовых способностей. Подвижные игры.	комбинированный	Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений без предметов. Прыжки на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Прыжки через скакалку различными способами. Подвижная игра: «Пингвины»	Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность). Демонстрировать выполнение прыжков через скакалку.
11 (11)					Прыжковые упражнения. Развитие скростно – силовых способностей. Подвижные игры.		Построения и перестроения. Ходьба, бег.  Комплекс упражнений без предметов.  Прыжки на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением вперед. Прыжки через скакалку различными способами.  Подвижная игра: «Кто быстрее?»	
12 (12)					Развитие силы	Изучение	Построения и перестроения.	Объяснять и демонстрировать



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					мышц рук и плечевого пояса. Подвижные игры.	нового материала	<p>Ходьба, бег. Комплекс упражнений без предметов</p> <p>Понятие «сила», «мышцы», «плечевой пояс».</p> <p>Выполнение подготовительных упражнений в сгибании-разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине (м); подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д) Подвижная игра: «Кто быстрее?»</p>	<p>технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений.</p> <p>Называть упражнения, входящие в комплекс.</p> <p>Выполнять комплекс упражнений без предметов</p> <p>Характеризовать исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.</p>
13 (13)					Развитие силы мышц рук и плечевого пояса. Подвижные игры.	Закрепление материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс упражнений без предметов</p> <p>Понятие «сила», «мышцы», «плечевой пояс».</p> <p>Выполнение подготовительных упражнений в сгибании-разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине (м); подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д)</p> <p>Подвижная игра: «Кто</p>	<p>Уметь характеризовать понятия, использовать при объяснении.</p> <p>Демонстрировать выполнение упражнений в сгибании-разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине (м); подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д) в заданном темпе.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						быстрее?»	инициативность).	
14 (14)					Прыжки в длину с места. Подвижные игры.	Изучение нового материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба на носках, на пятках, с различным положением рук. Бег. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки Развитие физических качеств – быстрота, координация движений, скоростно – силовые.</p> <p>Прыжковые упражнения через обручи (расстояние 40 см) в среднем темпе.</p> <p>Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «По кочкам»</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Выполнять упражнения, входящие в комплекс упражнений для профилактики и коррекции осанки. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Выполнять и демонстрировать упражнения для развития физических качеств. Применение технических действий в игровой деятельности и соревновательной. Выполнять технику прыжка в длину с места на максимальный результат.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь</p>
15 (15)					Прыжки в длину с места. Подвижные игры.	Закрепление	<p>Построения и перестроения. . Ходьба на носках, на пятках, с различным положением рук. Бег. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки Развитие физических качеств – быстрота, координация движений, скоростно – силовые.</p> <p>Разучивание техники прыжка в длину с места Подвижные игры: «Рыбак и</p>	<p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<i>рыбки».</i>	управлять ими.
16 (16)					Прыжки в длину с места (тестирование) Подвижные игры.	Совершенство вание ЗУН  Построения и перестроения. . Ходьба на носках, на пятках, с различным положением рук. Бег. ОРУ.  Развитие физических качеств: координация движений, скоростно – силовые. Прыжок в длину с места. Учет двигательной подготовленности по прыжкам в длину с места. Подвижная игра: «Воробьи и вороны».	Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.
17 (17)					Подвижные игры с прыжками.	комбиниров анный  Построения и перестроения. Ходьба, бег. ОРУ Считалочки и их значение. Разучивание считалочек. Подвижные игры и их значение, правила организации, проведения игры.  Подвижные игры: «Воробьи и вороны», «По кочкам», «Рыбак и рыбки»	Объяснять и демонстрировать выполнение строевых команд. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений. Определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку. Уметь разъяснять, характеризовать значение считалок. Уметь рассчитываться, используя выученные считалки..Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.
18 (18)					Метание мяча в цель. Подвижные игры.	Изучение нового материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча в цель.</p> <p>Разучивание техники метания мяча в цель: - имитационные движения на месте, метание мяча среднего размера. - выполнение метание мяча в цель с 1-2 м.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании мяча в цель.</p>
19 (19)					Метание мяча в цель. Подвижные игры.	Закрепление	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча в цель.</p> <p>Метание мяча среднего размера с 3х м.</p>	<p>Характеризовать и демонстрировать технику метания мяча в цель в игровой и соревновательной деятельности, выполнять на максимальный результат.</p> <p>Выполнять метание мяча в цель.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						Подвижная игра: «Точно в мишень»	Формирование умения понимать причины успеха и неуспеха в учебной деятельности и способности конструктивно действовать.
20 (20)				Метание мяча в цель. Подвижные игры.	совершенствование	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Правила техники безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча в цель.</p> <p>Выполнение техники метания мяча в цель.</p> <p>Метание мяча среднего размера с 4х м.</p> <p>Подвижная игра: «Точно в мишень»</p>	<p>Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности</p>
21 (21)				Развитие скоростно – силовых способностей. Подвижные игры.	Изучение нового материала	<p>Построения и перестроения. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение простых прыжковых упражнений: - на одной ножке на месте и с продвижением вперед, -на двух ногах на месте и с продвижением вперед, - спиной вперед.</p> <p>Понятие «скоростно - силовые способности» Прыжки через скакалку на месте.</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условия. Уметь характеризовать понятие</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

22 (22)					<p>Развитие силы мышц рук и плечевого пояса. Подвижные игры.</p>	<p>Изучение материала</p>	<p>Построения и перестроения. Ходьба с выполнением задания на ориентировку. Комплекс общеразвивающих упражнений Выполнение простых прыжковых упражнений: - на одной ножке на месте и с продвижением вперед, -на двух ногах на месте и с продвижением вперед, - спиной вперед.</p> <p>Выполнение упражнений на развитие силы мышц рук и плечевого пояса на полу из упора лежа, в висе на перекладине.</p>	<p>«скоростно - силовые» способности, излагать в свободной форме. Демонстрировать выполнение силовых упражнений в индивидуальном порядке, группами, поточным методом. Выполнять с максимальным результатом.</p>
23 (23)					<p>Метание набивного мяча (1кг.) Подвижные игры.</p>	<p>Изучение нового материала</p>	<p>Построения и перестроения. Комплекс общеразвивающих упражнений Выполнение фигурной маршировки: - по кругу, -«змейкой», - с остановками, поворотами.</p> <p>Понятие «сила», «силовые упражнения» Метание набивного мяча весом 1 кг. Правила постановки ног в исходное положение, замах, бросок.</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд. Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия. Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p>Демонстрировать выполнение фигурной маршировки с соблюдением заданной</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								<p>дистанции, команды выполнять по сигналу учителя.</p> <p>Уметь характеризовать и разъяснять понятия «сила», «силовые упражнения».</p> <p>Выполнять упражнения в метании набивного мяча с соблюдением правил.</p>
24 (24)					<p>Подвижные игры с бегом. Итоги I четверти.</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений.</p> <p>Выполнение фигурной маршировки: - по кругу, -«змейкой», - с остановками, поворотами. Выполнение игровых эстафет с бегом</p> <p>Подведение итогов I четверти.</p>	<p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, определять направленность их воздействия.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений. Соблюдать последовательность выполнения упражнений и заданную дозировку.</p> <p>Демонстрировать выполнение фигурной маршировки с соблюдением заданной дистанции, команды выполнять по сигналу учителя.</p> <p>Демонстрировать расстановку в спортивном зале по команде учителя. Выполнять эстафеты с</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								соблюдением техники безопасности и правил.  Анализ собственной деятельности учащихся.
--	--	--	--	--	--	--	--	---

### Гимнастика (24 ч)

#### Планируемые результаты

<p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры.</li> <li>-обучит правилам режима дня и личной гигиены.</li> <li>-оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности, — Научить выполнению простейших упражнений в лазании, в равновесии, акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; давать характеристику признаков техничного исполнения.</li> </ul>	<p><b>Метапредметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять упражнения по образцу (Р)</li> <li>-уметь использовать полученные знания (Р)</li> <li>- осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П)</li> <li>- активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)</li> <li>- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;</li> </ul>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками</li> <li>- видеть и чувствовать красоту движений, — использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;</li> </ul>
---	---	---

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	1А		1Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1 (25)					Техника безопасности на уроке по	Вводный	Техника безопасности при проведении уроков физкультуры по гимнастике.	Характеризовать и соблюдать правила поведения и технику безопасности при выполнении



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					гимнастике. ИО-002-2016 Строевые упражнения.	<p>Личная гигиена, её основные процедуры. Связь личной гигиены со здоровьем человека. Режим дня</p> <p>Осанка. Основные признаки правильной и неправильной осанки.</p> <p>Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «На-лево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги. Значение строевых упражнений для занятий физической культурой. Правила выполнения строевых упражнений.</p>	<p>упражнений по гимнастике. Рассказывать о личной гигиене, её основных процедурах и значении для здоровья человека. Составление режима дня</p> <p>Определять осанку как привычное положение тела, когда человек стоит, сидит или передвигается. Называть основные признаки правильной и неправильной осанки.</p> <p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Называть правила выполнения строевых упражнений</p>	
2 (26)					Упражнения в ползании	Изучение нового материала	Строевые упражнения: Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «На-	Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.
3 (27)					Упражнения в ползании	Закрепление материала	«В одну шеренгу становись!»; «Равняйся!»; «Направо!»; «На-	Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>лево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!».</p> <p>Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги.</p> <p>Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Основные исходные положения (стойки, упоры, седы, приседы, положения лёжа). Значение исходных положений для выполнения физических упражнений.</p> <p>Утренняя зарядка.</p> <p>Упражнения в ползании: - ползание на четвереньках, - «обезьянка». - «паучок», - по пластунски</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Называть правила выполнения строевых упражнений.</p> <p>Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p><i>Характеризовать</i> исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.</p> <p><i>Называть</i> основные исходные положения.</p> <p><i>Выполнять</i> основные исходные положения (стойки, упоры, седы и приседы и др.)</p> <p>Называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки.</p> <p>Выполнять упражнения утренней зарядки.</p> <p>Демонстрировать выполнение упражнений в ползании.</p> <p>Выполнять упражнения по распоряжению учителя.</p>
4 (28)				Лазание по гимнастической	Изучение нового	Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение	Характеризовать строевые упражнения как совместные

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					стенке.	материала	строевых команд.	действия учащихся, необходимые для
5 (29)					Лазание по гимнастической стенке.	закрепление материала	<p>Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.</p> <p>Техника выполнения лазанья по гимнастической стенке в горизонтальном направлении в правую и левую стороны.</p> <p>Техника выполнения лазанья по гимнастической стенке в вертикальном направлении вверх и вниз.</p>	<p>предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в лазании на гимнастической стенке.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных способов лазанья по гимнастической стенке.</p>
6 (30)					Лазание по гимнастической стенке, гимнастической лестнице	комбинированный	Организующие команды, выполняемые стоя на месте и при передвижении: «Вольно!», «Равняйся!», «Смирно!», «Шагом марш!», «На месте»,	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
7 (31)					Лазание по гимнастической стенке, гимнастической лестнице.	комбинированный	«Группа, стой!».	Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).
							Построение' в шеренгу и колонну по ориентирам.	
							Перестроение из шеренги в колонну и обратно уступами.	
							Повороты прыжком по командам: «Прыжком нале-	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>во!», «Прыжком направо!».</p> <p>Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке, гимнастической лестнице.</p> <p>Лазанье по гимнастической стенке в горизонтальном направлении в правую и левую стороны, в вертикальном направлении вверх и вниз.</p> <p>Лазание по наклонной гимнастической лестнице.</p>	<p>Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений в лазании на гимнастической стенке, гимнастической лестнице.</p> <p><b>Демонстрировать</b> технику выполнения разученных способов лазанья по гимнастической стенке, гимнастической лестнице.</p> <p>Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</p>
8 (32)				Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения, построение и перестроение.</p> <p>Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки с гимнастической палкой.</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p>Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения в шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).</p>
9 (33)				Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке	Закрепление материала	<p>Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба на носках, руки в стороны;</li> <li>- ходьба на носках, руки</li> </ul>	<p>Выполнять упражнения,</p>
10 (34)				Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке	совершенствование материала		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>вверх; -ходьба на носках приставными шагами правым-левым боком; - подтягивание лежа на скамейке.</p> <p>Подвижная игра: «Тихе едешь - дальше будешь»</p>	<p>входящие в комплексы упражнений для профилактики и коррекции осанки. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Характеризовать упражнения в равновесии, как развитие координации движений на повышенной поверхности. Выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке.</p> <p>Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий. Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.</p>	
11 (35)					Мини- полоса препятствий	комбинированный	<p>Построение и перестроение. Ходьба на носках, на пятках с различными положениями рук.</p> <p>Утренняя зарядка.</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Техника преодоления полосы препятствий, включающих в себя: ползание на боку, спине, по-пластунски; лазанье по гимнастической стенке; перепрыгивание через напольное гимнастическое бревно, ходьба по гимнастической скамейке, подтягивание на гимнастической скамейке, запрыгивание на горку матов с последующим спрыгиванием.</p>	<p>построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).</p> <p>Демонстрировать и выполнять заданную ходьбу с соблюдением дистанции.</p> <p>Называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки. Выполнять упражнения утренней зарядки.</p> <p>Демонстрировать технику упражнений, разученных для преодоления искусственных полос препятствий. Уверенно преодолевать полосы препятствий в стандартных, игровых и соревновательных условиях.</p>
12 (36)				Акробатические упражнения.	Изучение нового материала	Строевые упражнения.	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p>Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в</p>
13 (37)			Акробатические упражнения.	закрепление материала	Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки с гимнастической палкой.		
14 (38)			Акробатические упражнения.	Совершенствование материала	Основные виды гимнастических стоек: основная стойка; стойка руки на поясе; стойка ноги врозь;		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>стойка на коленях. Техника правильного их выполнения. Основные виды гимнастических упоров: упор присев; упор лёжа; упор стоя на коленях; упор в седе на пятках. Техника их правильного выполнения.</p> <p>Основные виды седов: сед ноги врозь; сед углом руки вперёд; сед углом руки за голову. Техника их выполнения.</p> <p>Основные виды приседов: присед руки на поясе, присед руки в стороны, присед руки вверх, присед руки вперёд, присед руки за голову. Техника их выполнения.</p> <p>Основные виды положений лёжа: на. животе, на спине, на левом боку, на правом боку. Обучить технике их выполнения.</p> <p>Техника выполнения переката в группировке на спине. Техника выполнения группировки из положения стоя и группировки из</p>	<p>колонну; при передвижении строем и т. п.).</p> <p>Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для профилактики и коррекции осанки.</p> <p>Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Называть основные виды стоек, упоров, седов и др.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных стоек, седов, упоров, приседов, положений лёжа на спине, перекатов на спине, группировок из положения стоя и лёжа на спине.</p> <p>Участвовать в подвижных играх. Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий. Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							положения лёжа на спине.	подвижных игр. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.
15 (39)					Развитие вестибулярного аппарата.	Изучение нового материала.	Строевые упражнения. Упражнения для укрепления мышц туловища в движении.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.
16(40)					Развитие вестибулярного аппарата.	Закрепление материала.	<p>Основные виды приседов: присед руки на поясе, присед руки в стороны, присед руки вверх, присед руки вперёд, присед руки за голову. Техника их выполнения.</p> <p>Основные виды положений лёжа: на животе, на спине, на левом боку, на правом боку. Обучить технике их выполнения.</p> <p>Техника выполнения переката в группировке на спине. Техника выполнения группировки из положения стоя и группировки из положения лёжа на спине.</p>	<p>Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т. п.).</p> <p>Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для укрепления туловища. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных стоек, седов, упоров, приседов, положений лёжа на спине, перекатов на спине, группировок из положения стоя и лёжа на спине.</p>



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								Выполнять переход из положения лёжа на спине в положение лёжа на животе и обратно; группировка в положении лёжа на спине и перекаты вперёд, назад в группировке; из положения в группировке переход в положение лёжа на спине (с помощью); из приседа перекат назад с группированием и обратно (с помощью).
17 (41)					Упражнения для развития гибкости позвоночника.	Изучение нового материала.	Строевые упражнения  Упражнения для укрепления мышц туловища в движении.	Выполнять организующие команды по распоряжению учителя. Соблюдать дисциплину и чётко взаимодействовать с товарищами при выполнении строевых упражнений .
18 (42)					Упражнения для развития гибкости позвоночника.	закрепление материала.	Понятие «гибкость», ее влияние на здоровье человека. Выполнение упражнений для развития гибкости	Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений для укрепления туловища. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.
19 (43)					Упражнения для развития гибкости позвоночника.	Совершенствование материала.	- лежа на спине, - лежа на животе, - из положения сидя.	Уметь характеризовать понятие «гибкость». Демонстрировать выполнение упражнений для развития гибкости.
20 (44)					Развитие силы	комбинированн	Построение и перестроения.	Объяснять и демонстрировать

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					мышц рук и плечевого пояса.	ый	Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противходом).	технику выполнения строевых команд.
21 (45)					Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.	комбинированный	<p>Комплекс упражнений без предметов.</p> <p><b>Развитие физических качеств - сила.</b></p> <p>Понятие «сила». Зависимость силы от развития мышц. Упражнения для развития силы. Контрольные упражнения для проверки силы мышц рук, ног и туловища.</p> <p>Упражнения для развития силы сгибание – разгибание рук в упоре лежа на полу (в висе на низкой перекладине)</p>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p>Соблюдать дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении строевых упражнений, совместных движений и передвижений.</p> <p>Выполнять фигурную маршировку.</p> <p>Определять, для какой группы мышц предназначено упражнение.</p> <p>Называть последовательность выполнения упражнений.</p> <p>Характеризовать силу как физическое качество человека. Характеризовать особенности упражнений для развития силы и демонстрировать их выполнение. Выполнять контрольные упражнения для проверки силы.</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

22 (46)					Развитие координации движений с предметами.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения</p> <p>Общеразвивающая упражнения.</p> <p>Комплекс упражнений на развитие координации движений с маленькими мячами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуально,</li> <li>- в парах,</li> <li>- по группам</li> </ul> <p>Подвижные игры.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p>Соблюдать дисциплину и чёткое взаимодействие с одноклассниками при выполнении упражнений, совместных движений и передвижений.</p> <p>Характеризовать понятие «координация».</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.</p>
23 (47)					Игровые эстафеты с элементами гимнастики.	Комбинированный	<p>Строевые упражнения</p> <p>Общеразвивающая упражнения.</p> <p>Игровые эстафеты с предметами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обруч,</li> <li>- скакалка,</li> <li>- маленький мяч,</li> <li>- с пролезанием.</li> </ul>	<p>Выполнять организующие команды по распоряжению учителя.</p> <p>Характеризовать силу как физическое качество человека.</p> <p>Характеризовать особенности упражнений для развития силы</p> <p>Участвовать в подвижных играх.</p> <p>Проявлять интерес и желание</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

24 (48)					Подвижные игры с лазанием. Итоги II четверти.	Совершенствование материала	<p>Построение и перестроения. Фигурная маршировка (по диагонали, змейкой, по кругу, противходом).</p> <p>Комплекс упражнений без предметов. Подвижные игры с элементами лазания и перелезания.</p>	демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.
---------	--	--	--	--	--	-----------------------------	--	--

### Элементы спортивных игр (27ч)

#### Планируемые результаты

<p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры по спортивным играм.</li> <li>-обучит правилам режима дня и личной гигиены.</li> <li>-оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности, — научить выполнению техническим приемам спортивных игр: баскетбол, футбол, волейбол, давать характеристику признаков техничного исполнения.</li> <li>- закреплять понятие физические качества, ловкость, быстрота, выносливость, координация движений.</li> </ul>	<p><b>Метапредметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять упражнения по образцу (Р)</li> <li>-уметь использовать полученные знания (Р)</li> <li>- осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П)</li> <li>- активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)</li> <li>- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;</li> </ul>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками</li> <li>- видеть и чувствовать красоту движений, — использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;</li> </ul>
---	---	---

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	1А		1Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				
1 (49)					Техника безопасности на уроке по спортивным и подвижным играм. ИО-004-2016 Подвижные игры.	Вводный	Техника безопасности на уроке по спортивным и подвижным играм. Теоретические сведения: Возникновение физической культуры у древних людей.  Подвижные игры с прыжками и бегом.	Соблюдать и выполнять требования по технике безопасности в учебной и игровой деятельности.  Характеризовать физическую культуру как необходимую часть здорового образа жизни. Знать историю возникновения физической культуры у древних людей. Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности
2 (50)					Элементы баскетбола:	Изучение нового	Строевые упражнения. Ходьба, бег.	Характеризовать строевые упражнения как совместные

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

				передача и ловля баскетбольного мяча.	материала	Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.	<p>действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.</p> <p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Выполнять ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу.</p> <p>Раскрывать понятие «спортивные игры». Характеризовать отличия спортивных игр от подвижных игр.</p>
3 (51)				Элементы баскетбола: передача и ловля баскетбольного мяча.	Закрепление материала	<p>Понятие «спортивные игры»</p> <p>Спортивная игра баскетбол.</p> <p>Выполнение элементов баскетбола: - владение баскетбольным мячом в руках, - передача и ловля низко летящего мяча. бросок мяча вверх, вниз с последующей ловлей на месте, - передача и ловля мяча двумя руками стоя на месте низко летящего мяча. Подвижная игра: «Брось - поймай»</p>	
4 (52)				Элементы баскетбола: передача и ловля мяча двумя руками на уровне груди.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед.</p>	
5 (53)				Элементы баскетбола: передача и ловля мяча двумя руками на уровне груди.	Закрепление материала	<p>Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.</p> <p>Выполнение элементов баскетбола:</p>	<p>Знать основные правила игры в баскетбол.</p> <p>Демонстрировать выполнение технических приемов игры в баскетбол в учебной и игровой деятельности. Выполнение элементов в паре.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							<p>- передача и ловля мяча двумя руками стоя на месте низко летящего мяча, - Передача и ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди.</p>	<p>инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности</p>
6 (54)					Ведение баскетбольного мяча на месте.	Изучение нового материала.	<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p>	<p>Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
7 (55)					Ведение баскетбольного мяча на месте.	Комбинированный .	<p>Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед.</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.</p> <p>Выполнение элементов баскетбола: - имитационные движения ведения мяча на месте, - ведение мяча на месте двумя руками, - ведение мяча на месте правой - левой рукой.</p>	<p>Находить отличия в технике выполнения ходьбы и бега от других способов передвижения человека. Определять общие признаки и различия в технике выполнения ходьбы и бега. Выполнять сложные способы передвижения (ходьба или бег спиной вперед, ходьба или бег боком).</p> <p>Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								по образцу.  Демонстрировать выполнение технических приемов игры в баскетбол в учебной и игровой деятельности. Выполнение элементов индивидуально и в паре.
8 (56)				Элементы баскетбола: бросок мяча в кольцо двумя руками снизу.	Изучение нового материала	Строевые упражнения.  Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед.		Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Называть правила выполнения строевых упражнений.
9 (57)				Элементы баскетбола: бросок мяча в кольцо двумя руками снизу.	Закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.  Выполнение элементов баскетбола: - передача и ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, - бросок мяча двумя руками снизу в кольцо, стоя на месте. Подвижная игра: «Кто быстрее?»		Выполнять сложные способы передвижения (ходьба или бег спиной вперед, ходьба или бег боком). Определять причины возникновения трудностей в выполнении сложных способов передвижения.  Выполнять комплекс общеразвивающих упражнений по образцу.
10 (58)				Элементы баскетбола: совершенствование изученных элементов	Совершенствование материала	Строевые упражнения. Перемещение по залу подскоками, приставными шагами правым, левым боком, спиной вперед.		Демонстрировать выполнение технических приемов игры в баскетбол в учебной и игровой деятельности. Выполнение элементов в паре, в колонне друг



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Комплекс общеразвивающих упражнений на месте.</p> <p>Выполнение элементов баскетбола: - владение баскетбольным мячом в руках, - передача и ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, - бросок мяча двумя руками снизу в кольцо, стоя на месте, - бросок мяча двумя руками перед собой вверх, ловля и бросок снизу в кольцо, стоя на месте.</p> <p>Подвижная игра: «Пингвинчики»</p>	<p>за другом.</p> <p>Выполнение элементов в паре.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.</p> <p>Моделировать игровые ситуации.</p> <p>Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.</p> <p>Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности</p>
11 (59)				Элементы футбола: прокатывание и отталкивание мяча на месте.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Беговые упражнения: - бег простой, - бег с высоким подниманием колена, - бег с захлестыванием голени.</p> <p>Комплекс упражнений для ног, коленного сустава, мышц туловища.</p> <p>Правила игры в футбол</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции.</p> <p>Выполнять основные исходные положения.</p> <p>Выполнять комплекс</p>
12 (60)				Элементы футбола: прокатывание и отталкивание мяча на месте.	Закрепление материала		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Элементы футбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение футбольным мячом на месте,</li> <li>- отталкивание футбольного мяча с места,</li> <li>- прокатывание футбольного мяча с места</li> </ul>	<p>упражнений по образцу.</p> <p>Знать элементарные правила игры в футбол.</p> <p><i>Демонстрировать</i> разученные технические приёмы игры в футбол с места. Выполнять индивидуально, в парах.</p>
13 (61)				<p>Элементы футбола:</p> <p>прокатывание, отталкивание мяча, передача ногой.</p>	комбинированный	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Беговые упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег простой,</li> <li>- бег с изменением направления,</li> <li>- бег скрестно.</li> </ul> <p>Комплекс упражнений для ног, коленного сустава, мышц туловища.</p> <p>Правила игры в футбол.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Закрепление техники выполнения элементов футбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение футбольным мячом на месте,</li> <li>- отталкивание футбольного мяча с места,</li> </ul>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.</p> <p>Выполнять основные исходные положения</p> <p>Выполнять комплекс упражнений по образцу.</p> <p>Повторить элементарные правила игры в футбол.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p><i>Демонстрировать</i> разученные</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							<p>-прокатывание футбольного мяча с места. Разучить технику удара внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места.</p>	<p>технические приёмы игры в футбол с места. Выполнять индивидуально, в парах.</p>
14 (62)					Элементы футбола: передача мяча одной ногой.	Закрепление материала	<p>Строевые упражнения. Беговые упражнения: - бег простой, - бег с изменением направления, - бег скрестно.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
15 (63)					Элементы футбола: передача мяча одной ногой.	Совершенствование материала	<p>Комплекс упражнений для ног, коленного сустава, мышц туловища.</p> <p>Правила игры в футбол.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Закрепление техники выполнения элементов футбола: -удара внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места. - удар внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с одного и двух шагов разбега.</p>	<p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.</p> <p>Выполнять основные исходные положения Выполнять комплекс упражнений по образцу.</p> <p>Повторить элементарные правила игры в футбол.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Демонстрировать разученные технические приёмы игры в</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								футбол с места. Выполнять индивидуально, в парах, в колонне друг за другом. Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.
16(64)				Элементы футбола: передача мяча одной ногой, закатывание в ворота.	комбинированный	<p>Строевые упражнения.</p> <p>Беговые упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бег простой,</li> <li>- бег с изменением направления,</li> <li>- бег скрестно.</li> </ul> <p>Комплекс упражнений для ног, коленного сустава, мышц туловища.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Техника выполнения элементов футбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удара внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с места.</li> <li>- удар внутренней стороной стопы («щёчкой») по неподвижному мячу с одного и двух шагов разбега,</li> <li>- Передача мяча в парах и тройках (на расстоянии 2—3</li> </ul>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.</p> <p>Выполнять основные исходные положения.</p> <p>Выполнять комплекс упражнений по образцу.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p><i>Демонстрировать</i> разученные технические приёмы игры в футбол с места. Выполнять индивидуально, в парах, в тройках.</p>	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						м), -катание мяча в воротца.  Подвижная игра: «Не выпусти мяч из круга».	Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.
17 (65)				Элементы футбола: закатывание мяча в ворота	Закрепление материала		Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой. Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.
18 (66)				Элементы футбола: совершенствование изученных элементов.	Совершенствование материала	Строевые упражнения.  Беговые и прыжковые упражнения: - бег простой, - бег с изменением направления, - прыжки на одной , двух ногах с продвижением вперед.  Комплекс упражнений для ног , коленного сустава, мышц туловища.  Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом. Выполнение техники выполнения элементов футбола: - Передача мяча в парах и тройках (на расстоянии 2—3 м),	Выполнять основные исходные положения Выполнять комплекс упражнений по образцу.  Повторить элементарные правила игры в футбол.  Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.  <i>Демонстрировать</i> разученные технические приёмы игры в футбол с места. Выполнять

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>-катание мяча в воротца с места. Подвижная игра: «Попади в ворота»</p>	<p>индивидуально, в парах, в тройках. Выполнять разученные технические приёмы игры в футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</p>
19 (67)				Игровые эстафеты с мячами.		<p>Строевые упражнения.</p> <p>Беговые и прыжковые упражнения: - бег простой, - бег с изменением направления, - прыжки на одной , двух ногах с продвижением вперед.</p> <p>Комплекс упражнений для ног , коленного сустава, мышц туловища.</p> <p>Выполнение эстафет с бегом и мячами: - переноска мячей, - катание мяча, - бег парами, - бег с удерживанием мяча</p>	<p>Демонстрировать выполнение беговых упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.</p> <p>Выполнять основные исходные положения Выполнять комплекс упражнений по образцу. Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр. Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>парами, - передача мяча, через вверх в колонне, - передача мяча, через низ в колонне.</p>	<p>соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</p>
20 (68)				Элементы волейбола: ловля и передача мяча на месте.	Изучение нового материала	<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег. Правила игры в волейбол.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
21 (69)				Элементы волейбола: ловля и передача мяча на месте.	закрепление материала	<p>Комплекс упражнения для формирования правильной осанки.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом. Разучивание стойки волейболиста.</p> <p>Разучивание элементов волейбола: - передача и ловля мяча двумя руками снизу, - ловля и передача мяча двумя руками от груди, - ловля и передача мяча двумя руками от головы.</p>	<p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Выполнять ходьбу, бег с соблюдением правила с заданной дозировкой.</p> <p>Знать элементарные правила игры в волейбол.</p> <p>Выполнять комплекс упражнения для формирования правильной осанки по образцу и заданной дозировке.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Демонстрировать стойку</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								волейболиста, выполнять имитационные движения. Демонстрировать и выполнять передачу и ловлю волейбольного мяча различными способами индивидуально и в парах.
22 (70)				Элементы волейбола: ловля и передача мяча на месте на уровне грудной клетки.	Комбинированный	Строевые упражнения. Ходьба, бег. Правила игры в волейбол.  Комплекс упражнения для формирования правильной осанки.		Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.  Называть способы построения и различать их между собой.
23 (71)				Элементы волейбола: ловля и передача мяча на месте на уровне грудной клетки.	Закрепление материала	Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.  Стойки волейболиста, движение в стойке волейболиста по площадке.  Элементы волейбола: - передача и ловля мяча двумя руками снизу, - ловля и передача мяча двумя руками от груди, - ловля и передача мяча двумя руками от головы. Разучивание ловли и передачи волейбольного мяча на уровне грудной клетки.		Выполнять ходьбу, бег с соблюдением правил с заданной дозировкой.  Демонстрировать выполнение упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.  Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.  Демонстрировать стойку волейболиста, выполнять имитационные движения.  Демонстрировать и выполнять изученные технические



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							Подвижная игра: «Горячая картошка»	элементы различными способами индивидуально и в парах. Демонстрировать технику физических упражнений из базовых видов спорта в вариативных условиях игровой деятельности. Моделировать игровые ситуации.
24 (72)					Элементы волейбола: передача и ловля мяча через сетку.	Изучение нового материала	Строевые упражнения. Ходьба, бег Комплекс упражнения для формирования правильной осанки.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.
25 (73)					Элементы волейбола: передача и ловля мяча через сетку.	Закрепление материала	Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.	Называть способы построения и различать их между собой.
26 (74)					Элементы волейбола: передача и ловля мяча через сетку.	Совершенствование материала	Перемещение и стойки волейболиста, движение в стойке волейболиста по площадке. Элементы волейбола с использованием волейбольной сетки: - передача и ловля мяча двумя руками снизу через сетку, - ловля и передача мяча двумя руками от груди через сетку, - ловля и передача мяча двумя руками от головы через сетку.  Подвижная игра: « 4 мяча»	Выполнять ходьбу, бег с соблюдением правила с заданной дозировкой. Повторить правила игры в волейбол. Демонстрировать выполнение упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя. Выполнять Комплекс упражнения для формирования правильной осанки по образцу и заданной дозировке. Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								<p>Демонстрировать стойку волейболиста, выполнять имитационные движения.</p> <p>Демонстрировать и выполнять изученные технические элементы различными способами индивидуально, в колоннах, через сетку поточным методом.</p> <p>Демонстрировать технику физических упражнений из базовых видов спорта в вариативных условиях игровой деятельности.</p> <p>Моделировать игровые ситуации.</p>
27 (75)				<p>Элементы волейбола: совершенствовани е изученных элементов. Итоги III четверти.</p>	Комбинирова нный	<p>Строевые упражнения. Ходьба, бег.</p> <p>Правила игры в волейбол.</p> <p>Комплекс упражнения для формирования правильной осанки.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Совершенствование техники элементов волейбола с использованием волейбольной сетки: - передача и ловля мяча двумя руками снизу через сетку,</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Называть способы построения и различать их между собой.</p> <p>Демонстрировать выполнение упражнений в заданном темпе, с соблюдением дистанции. Смену деятельности выполнять по команде учителя.</p> <p>Выполнять Комплекс упражнения для формирования правильной осанки по образцу и заданной дозировке.</p> <p>Соблюдать и выполнять технику безопасности при выполнении упражнений с мячом.</p> <p>Демонстрировать и выполнять</p>	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							<p>- ловля и передача мяча двумя руками от груди через сетку, - ловля и передача мяча двумя руками от головы через сетку.</p> <p>Итоги III четверти.</p>	<p>изученные технические элементы различными способами индивидуально, в колоннах, через сетку поточным методом. Моделировать игровые ситуации.</p> <p>Анализирование собственной деятельности.</p>
--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Легкая атлетика (24 ч)

#### Планируемые результаты

<p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучить учащихся правилам поведения на уроке физической культуры в спортивном зале, спортивной площадке.</li> <li>-оптимизация и систематизирование теоретических знаний с дальнейшим применением в учебной деятельности,</li> <li>-закреплять понятие физические качества: быстрота, выносливость, сила, координация движений,</li> <li>— выполнение технических действий из базовых видов спорта; бег, прыжки различными способами, метание мяча. Применение их в игровой и соревновательной деятельности.</li> </ul>	<p><b>Метапредметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять упражнения по образцу (Р)</li> <li>-уметь использовать полученные знания (Р)</li> <li>- осознанно и произвольно осуществлять высказывания в устной форме (П)</li> <li>- активно включаться в коммуникацию со сверстниками на принципах доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания (К)</li> </ul>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проявлять дисциплинированность, внимание, сотрудничество с одноклассниками</li> <li>- видеть и чувствовать красоту движений,</li> <li>- формирование умения понимать причины успеха и неуспеха в учебной деятельности и способности конструктивно действовать.</li> <li>- формирование бережного отношения к своему здоровью.</li> </ul>
--	--	--

№ урока	Дата проведения				Тема урока	Тип урока	Основные виды учебной деятельности	Деятельность учащихся (УУД)
	1А		1Б					
	по плану	по факту	по плану	по факту				

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

1 (76)				Техника безопасности и правила поведения на уроках по легкой атлетике. ИОТ – – 2016- ИОТ-1017 Подвижные игры.	Вводный	Теоретические сведения о технике безопасности при выполнении упражнения из раздела по легкой атлетике.  <b>Строевые упражнения.</b> Построения. Строевые команды: «В одну шеренгу становись!»; «Равняйсь!»; «Направо!»; «Налево!»; «Смирно!»; «Шагом марш!»; «На месте стой!». Строевые построения: в колонну по одному, в колонну по два, в две шеренги. Значение строевых упражнений для занятий физической культурой. Правила выполнения строевых упражнений. Исходные положения.  Подвижные игры: «Быстро по местам», «Волк во рву».	Характеризовать упражнения из раздела по легкой атлетике, уметь высказывать в устной форме.  Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Называть способы построения и различать их между собой.  Характеризовать исходные положения как различные позы тела, с которых начинают выполнять упражнения.  Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).
2 (77)				Строевые упражнения. Беговые упражнения. Многоскоки.	Изучение нового материала	<b>Строевые упражнения.</b> Построения и перестроения. Утренняя зарядка. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с	<i>Демонстрировать</i> технику выполнения строевых команд.  Раскрывать значение утренней зарядки, её положительное влияние на организм человека.
3 (78)				Строевые	Закрепление		

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					упражнения. Беговые упражнения. Многоскоки.	материала	изменяющимся направлением движения  Разучить технику выполнения прыжков «Многоскоки».	Выполнять упражнения утренней зарядки.  <i>Демонстрировать</i> технику выполнения разученных беговых упражнений в стандартных условиях (не изменяющихся).  Уметь характеризовать технику прыжков «Многоскоки» <i>Демонстрировать</i> технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях.
4 (79)					Прыжок в высоту с места.	Изучение нового материала	<b><i>Строевые упражнения.</i></b> Построения. Ходьба, бег.	Характеризовать строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры. Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд. Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.
5 (80)					Прыжок в высоту с места.	Закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.  Прыжковые упражнения: на месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперед.  Разучить прыжок в высоту с места.	Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								Учатся характеризовать технику прыжков. Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях. Выполнять технику прыжка в высоту с места.
6 (81)					Прыжок в высоту с прямого разбега.	Изучение нового материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.
7 (82)					Прыжок в высоту с прямого разбега.	Закрепление материала	Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.  Прыжковые упражнения: на месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперёд, вперёд и назад (толчком одной и двумя); левым и правым боком (толчком двумя)  Техника прыжка в высоту прямого разбега.	Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.  Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.  Уметь характеризовать технику прыжков. Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных и игровых условиях. Соблюдать правила и технику безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Демонстрировать выполнение

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								техники прыжка в высоту с прямого разбега.
8 (83)					Развитие координации движений спредметами. Прыжки через скакалку.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов. Прыжковые упражнения: на месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперёд, вперёд и назад (толчком одной и двумя); левым и правым боком (толчком двумя)</p> <p>Упражнения для развития координации движений с маленькими мячами. Прыжки через скакалку.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять упражнения, входящие в комплексы упражнений. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Соблюдать правила и технику безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Демонстрировать выполнение упражнений с маленькими мячами.</p> <p>Выполнять прыжки через скакалку на месте с соблюдением техники безопасности в стандартных условиях.</p>
9 (84)					Развитие силы мышц рук и плечевого пояса.	закрепление материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс упражнений с гимнастическими палками.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p>
10 (85)					Развитие силы мышц	Закрепление материала	<p>Прыжковые упражнения: на</p>	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					рук и плечевого пояса.		<p>месте (на одной и двух, с поворотами вправо и влево); с продвижением вперёд, вперёд и назад (толчком одной и двумя); левым и правым боком (толчком двумя)</p> <p>Развитие силы мышц рук и плечевого пояса: бросок гимнастического набивного мяча на дальность. (вес 1кг).</p> <p>Выполнение подготовительных упражнений в сгибании - разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине (м); подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д)</p>	<p>Выполнять комплекс упражнений с предметами по образцу, с соблюдением дозировки.</p> <p>Уметь характеризовать технику прыжков. Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных и игровых условиях.</p> <p>Определять причины возникновения трудностей в выполнении сложных способов передвижения.</p> <p>Выполнять силовой бросок мяча на дальность. Демонстрировать выполнение упражнений в сгибании - разгибании рук в упоре лежа на полу, подтягивание из виса на высокой перекладине (м); подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д) в заданном темпе.</p>
11 (86)					Прыжки в длину с места	Изучение нового материала	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p>
12 (87)					Прыжки в длину с места	Закрепление материала	<p>Комплекс упражнений с гимнастическими палками.</p>	<p>Демонстрировать ходьбу и бег с</p>



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<p>Прыжки в длину с места (толчком двумя ногами)</p> <p>Подвижная игра: «Кенгуру», «По кочкам»</p>	<p>соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Выполнять комплекс упражнений с предметами по образцу, с соблюдением дозировки</p> <p><i>Демонстрировать</i> технику выполнения разученных прыжковых упражнений в стандартных условиях.</p> <p>Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).</p>
13 (88)				<p>Прыжки в длину с места.</p> <p>Метание мяча в вертикальную цель.</p>	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.</p> <p>Метание мяча в вертикальную цель.</p> <p>Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «По кочкам»</p> <p>Прыжки в длину с места (тестирование)</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.</p> <p>Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения разученных прыжковых упражнений в</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

							стандартных и соревновательных условиях.  Характеризовать и демонстрировать технику выполнения метания мяча в цель. Выполнять на максимальный результат.	
14 (89)					Метание мяча в вертикальную цель.	Закрепление материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег. Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.	Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.
15 (90)					Метание мяча в вертикальную цель.	Совершенствование материала	Метание мяча в вертикальную цель. Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «По кочкам»	Демонстрировать ходьбу и бег с соблюдением правил и с заданной дозировкой.  Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.  Характеризовать и демонстрировать технику выполнения метания мяча в цель. Выполнять на максимальный результат.  Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.
16 (91)					Подвижные игры с	совершенствование материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.	Демонстрировать технику выполнения строевых команд.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

					метанием мяча.		Комплекс ОРУ. Подвижные игры: «Точно в цель», «Подвижная цель»	Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.  Характеризовать понятие физические качества. Уметь разьяснять. Соблюдать технику безопасности при проведении подвижных игр.
17 (92)					Челночный бег 3х 10м.	закрепление материала	Построения и перестроения. Ходьба, бег.	Выполнять челночный бег 3X10 м с максимальной скоростью передвижения.  Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации.
18 (93)				Челночный бег 3х 10м.	Совершенствование материала	Развитие физических качеств: скоростно – силовые. Беговые упражнения: -бег в чередовании с ходьбой, - бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени.  Техника челночного бега 3 х 10м.  Подвижная игра: «Пятнашки»		
19 (94)					Челночный бег 3х 10м. Развитие скоростно – силовых способностей	комбинированный	Построения и перестроения. Ходьба, бег.  Развитие физических качеств: скоростно – силовые, выносливость. Беговые упражнения: -бег в чередовании с ходьбой,	Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.  Характеризовать понятие

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

						<ul style="list-style-type: none"> <li>- бег с высоким подниманием бедра,</li> <li>- с захлестыванием голени,</li> <li>- бег с ускорением,</li> <li>- бег равномерный средней интенсивности.</li> </ul> <p>Выполнение техники челночного бега 3 x 10м. (УЧЕТ)</p>	<p>физические качества. Уметь разьяснять. Соблюдать технику безопасности при выполнении беговых упражнений. Демонстрировать технику смешанного бега, ускорение 5- 10м,соблюдать заданный темп и дозировку.</p> <p>Выполнять челночный бег 3X10 м с максимальной скоростью передвижения. Демонстрировать выполнение контрольного упражнения с максимальным результатом.</p>
--	--	--	--	--	--	---	--

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

20 (95)					Челночный бег 3х 10м. Развитие выносливости и организма.	комбинированный	Построения и перестроения. Ходьба, бег. Прыжковые упражнения. Равномерный бег до 2 мин. Выполнение техники челночного бега 3 x 10м. (УЧЕТ)	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Характеризовать понятие физические качества. Уметь разъяснять. Соблюдать технику безопасности при выполнении беговых упражнений. Демонстрировать технику бега, соблюдать заданный темп и дозировку.</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технику выполнения метания мяча на дальность. Выполнять на максимальный результат.</p>
---------	--	--	--	--	---	-----------------	--	--

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

21 (96)					Развитие выносливость и организма. Метание мяча на дальность.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Развитие физических качеств: скоростно – силовые, выносливость. Беговые упражнения: -бег в чередовании с ходьбой, - бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени, - бег с ускорением, - бег равномерный средней интенсивности.</p> <p>Метание мяча на дальность.</p>	
22 (97)					Метание мяча на дальность. Бег на дистанцию. 30м.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег. Беговые упражнения: - бег с высоким подниманием бедра, - с захлестыванием голени, - бег с ускорением до 10 м.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения строевых команд. Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p>
23 (98)					Метание мяча на дальность. Бег на дистанцию. 30м.	Закрепление материала	<p>Бег на дистанцию 30м. Метание мяча на дальность.</p>	<p>Соблюдать технику безопасности при выполнении беговых упражнений. Демонстрировать технику смешанного бега, ускорение 5- 10м,соблюдать заданный темп и дозировку.</p> <p>Выполнять бег с произвольного</p>

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение начальная школа – детский сад № 662  
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

								<p>старта на 30м., с максимальной скоростью.</p> <p>Выполнять на максимальный результат.</p>
24(99)					Подвижные игры. Итоги учебного года.	Комбинированный	<p>Построения и перестроения. Ходьба, бег.</p> <p>Комплекс общеразвивающих упражнений без предметов.</p> <p>Подвижные игры: «Пятнашки», «Рыбаки и рыбки».</p> <p>Подведение итогов IV четверти и учебного года.</p>	<p>Объяснять и демонстрировать технику выполнения строевых команд.</p> <p>Выполнять упражнения. Соблюдать последовательность в их выполнении и заданную дозировку.</p> <p>Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации.</p> <p>Анализирование собственной деятельности</p>