

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 26»
(ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 26»**

РАССМОТРЕНА

на заседании МО учителей
начальных классов

протокол от 27.08.2021 № 1

Руководитель МО

/ _____ / Л.Ф. Бабина

ПРИНЯТА

на заседании педсовета
протокол от 30.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом ГКОУ «Специальная (коррекци-
онная) общеобразовательная школа-
интернат № 26»

от 30.08.2021 №

Директор / _____ / И.В. Тропотова

**Рабочая программа
по учебному предмету: «Физическая культура»
начального общего образования в рамках ФГОС НОО обучающихся с ТНР
1 – 4 класс**

Учитель: **Григоренко Ольга Петровна**

п.Новотерский

2021 – 2022 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно – правовые документы, обеспечивающие реализацию программы:

- Приказ Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 (далее - ФГОС ОВЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 (далее - ФГОС ОВЗ с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями));
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с тяжелыми нарушениями речи и Комплексная программа физического воспитания учащихся; В.И.Лях, А.А. Зданевич;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил Сан Пин 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм Сан Пин 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Рабочая программа по физической культуре для 1- 4 классов разработана на основе: «Комплексная программа физического воспитания», автором - составителем которой являются В.И. Лях и А.А. Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2010г. Программа рассчитана на 99 часов в 1 классах и 102 часа во 2 - 4 классах.

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается с первого полугодия второго класса. Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод. Большинство заданий учащимся первого класса рекомендуется планировать и давать в форме игры.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 1–4 классах составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся» (В.И. Лях, А.А. Зданевич). При этом вид программного материала «Лыжная подготовка» – заменена разделом «Кроссовая подготовка», на изучение раздела «Подвижные игры на материале баскетбола» и «Легкоатлетические упражнения» добавлено часов. Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части с учетом рекомендаций Минобрнауки РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня увеличено изучение программного материала.

Учебный предмет «Физическая культура» обеспечивает:

в области личностных универсальных учебных действий формирование: основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте; освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на

себя ответственность; развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы; освоение правил здорового и безопасного образа жизни; в области регулятивных универсальных учебных действий: развитие умений планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия; в области коммуникативных универсальных учебных действий: развитие взаимодействия, ориентации на партнёра, сотрудничество и кооперацию (в командных видах спорта - формирование умений планировать общую цель и пути её достижения; договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; конструктивно разрешать конфликты; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата).

Урок физической культуры – основная форма обучения жизненно-важным видам движений, которые имеют огромное значение в укреплении здоровья школьника. Уроки решают задачу по улучшению и исправлению осанки; оказывают профилактическое воздействие на физическое состояние ребенка; содействуют гармоничному физическому развитию; воспитывают координацию движений; формируют элементарные знания о личной гигиене, режиме дня; способствуют укреплению бодрости духа; воспитывают дисциплинированность.

Освоение физической культуры в начальной школе направлено на достижение следующих целей:

- укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности; развитие физических качеств: силы, гибкости, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;
- формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями; обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития (рост, вес, пульс и т.д.)

В соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию главными задачами для учителя являются: укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию; развитие координационных способностей; формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня; приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм; воспитание морально-волевых качеств; воспитание устойчивого интереса к двигательной активности; обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями; развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности.

Уроки физической культуры должны строиться на принципах демократизации, гуманизации, педагогике сотрудничества, личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Программа включает в себя содержание только урочных форм занятий по физической культуре. Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без них невозможна успешная адаптация к жизни и эффективное осуществление трудовой деятельности вне зависимости от того, какую профессию выбирает молодой человек в будущем.

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных особенностей работы школы и индивидуальных способностей учеников, в отличие от вариативной части, где всё это учитывается.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

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

Предметные результаты

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

Воспитательный компонент

1. Формирование устойчивого интереса и мотивации к занятиям физкультурой
2. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
3. Воспитание морально – волевых качеств
4. Воспитание активности и самостоятельности
5. Укрепление межличностных отношений и взаимоуважения
6. Воспитание поддержки и взаимовыручки
7. Воспитание эстетического восприятия
8. Воспитание духовно – нравственных качеств
9. Воспитание дисциплины

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- 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 с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами; организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физ. подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); - выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; - выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и перестрелку по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

Важнейшим требованием к программе по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с ТНР с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Основными задачами программы по физической культуре для обучающихся с ТНР являются:

- формирование начальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья обучающихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, выработка устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды; содействие гармоничному физическому развитию; повышение физической и умственной работоспособности; овладение школой движения; развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и двигательных способностей; выработка представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, сознательное их применение в целях отдыха, тренировки, укрепления здоровья;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе занятий; воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» тесно связано с содержанием учебного предмета «Окружающий мир», обеспечивая закрепление знаний о необходимости сохранения и укрепления здоровья, об общественной и личной гигиене, установку на здоровый образ жизни.

Занятия физической культурой содействуют правильному физическому развитию и закаливанию организма, повышению физической и умственной работоспособности, освоению основных двигательных умений и навыков из числа предусмотренных программой по физической культуре для общеобразовательной организации.

Правильное физическое воспитание - необходимое условие нормального развития всего организма. Благодаря двигательной активности обеспечивается развитие сердечно-сосудистой системы и органов дыхания, улучшается обмен веществ, повышается общий тонус жизнедеятельности.

Двигательная активность, осуществляющаяся в процессе физического воспитания, является необходимым условием нормального развития центральной нервной системы обучающегося, средством усовершенствования межанализаторного взаимодействия.

Учитель на уроках по физической культуре сообщает обучающимся необходимые сведения о режиме дня, о закаливании организма, правильном дыхании, осанке, прививает и закрепляет гигиенические навыки (уход за телом, мытье рук после занятий, опрятность физкультурной формы и т.д.), воспитывает устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой.

Реализуется вся система физического воспитания - уроки физической культуры, физкультурные мероприятия в режиме учебного дня и во внеурочное время. Ведущее место в системе физического воспитания занимает урок. Эффективность обучения двигательным действиям зависит от методики проведения урока, от того, как в процессе обучения активизируется познавательная деятельность обучающихся, насколько сознательно относятся они к усвоению двигательных действий.

Формирование двигательных умений и навыков в начальных классах проводится в соответствии с учебной программой, которая предусматривает обучение учащихся основам гимнастики, легкой атлетики, кроссовой подготовки, подвижных игр и баскетбола.

Формируя у обучающихся жизненно важные умения и навыки, следует уделять надлежащее внимание и выработке у них умения быстро и точно выполнять мелкие движения пальцами рук, умело взаимодействовать обеими руками, быстро перестраивать движения в соответствии с двигательной задачей. Развитие движений рук обучающихся с ТНР обеспечивают повышение работоспособности головного мозга, способствуют успешности овладения различными видами деятельности: письмом, рисованием, трудом и пр.

В содержании программы учебного предмета «Физическая культура» выделяются следующие разделы: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

Знания о физической культуре

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

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

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

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

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений. Овладение правильной техникой выполнения физических упражнений, рациональная техника их выполнения; формирование умения целесообразно распределять усилия и эффективно осуществлять различные движения, быстро усваивать новые двигательные действия.

Способы физкультурной деятельности

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

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

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

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упр. на развитие физич. качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке, акробатические упражнения, висы, разновидности прыжков, ходьбы и бега.

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

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

Броски: большого мяча (1 кг) из-за головы на дальность сидя ноги врозь.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

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

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

На материале баскетбола: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале б/бола.

Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений на развитие гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; ходьба по гимнастической скамейке; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); подбрасывание и ловля мяча; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп, передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, на пятках, с предметами на голове, с заданной осанкой; комплексы корригирующих упражнений, на контроль осанки в движении; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические силовые упражнения, упражнения на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела, комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения.

На материале лёгкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта; броски и ловля мяча, из разных исходных положений, с поворотами и хлопками.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 6-минутный бег.

1 класс: 3 урока в неделю, за год – 99 часов;

2 класс: 3 урока в неделю, за год – 102 часа;

3 класс: 3 урока в неделю, за год – 102 часа;

4 класс: 3 урока в неделю, за год – 102 часа.

Предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»:

- сформированность первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- сформированность представлений о собственном теле, о своих физических возможностях и ограничениях;
- умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой (усталость и болевые ощущения в мышцах после физических упражнений); развитие общей моторики в соответствии с физическими возможностями;
- умение ориентироваться в пространстве, используя словесные обозначения пространственных координат в ходе занятий физкультурой;
- ориентация в понятиях «режим дня» и «здоровый образ жизни», понимание роли и значения режима дня в сохранении и укреплении здоровья;
- умение организовывать собственную здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); знание и умение соблюдать правила личной гигиены;
- овладение комплексами физических упражнений, рекомендованных по состоянию здоровья, умение дозировать физическую нагрузку в соответствии с индивидуальными особенностями организма; сформированность навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;
- развитие основных физических качеств; умение выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности;
- умение взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований, в доступной форме объясняя правила, технику выполнения двигательных действий с последующим их анализом и коррекцией;
- выполнение тестовых нормативов по физической подготовке.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)			
	Класс	1	2	3	4
1	Базовая часть	80	82	82	82
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
1.2	Подвижные игры	На каждом уроке			
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	28	30	30	30
1.4	Легкоатлетические упражнения	17	17	17	17
1.5	Кроссовая подготовка	17	17	17	17

2	Вариативная часть	19	20	20	20
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	19	20	20	20
	ИТОГО:	99	102	102	102

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗУН

Оценка успеваемости - одно из средств повышения эффективности учебного процесса. Она помогает контролировать освоение программного материала, информирует о двигательной подготовленности учеников, стимулирует их активность на занятиях физическими упражнениями.

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности. Оценка ставится за технику движений и теоретические знания.

По основам знаний. Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы. Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок. Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении. Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, упражнений и комбинированный.

ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РАБОТА

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1 четверть			
Шеренга, колонна, повороты, наклоны, гимнастическая скамейка, шведская лестница, бег, прыжки, здоровье, здоровый образ жизни.	Шеренга, колонна, повороты, наклоны, вращения, махи, выпады, гимнастическая скамейка, шведская лестница, бег, прыжки, равномерный бег, ускорение, здоровье, здоровый образ жизни, режим дня.	Шеренга, колонна, повороты, наклоны, вращения, махи, выпады, гимнастическая скамейка, шведская лестница, бег, прыжки, равномерный бег, ускорение, кросс, беговые упражнения, здоровье, здоровый образ жизни, режим дня, закаливание.	Шеренга, колонна, повороты, наклоны, вращения, махи, выпады, гимнастическая скамейка, шведская лестница, бег, прыжки, равномерный бег, ускорение, кросс, беговые упражнения, здоровье, здоровый образ жизни, режим дня, закаливание.

2 четверть			
Гимнастическая скамейка, гимнастический мат, кувырок вперед, группировка, стойка на лопатках.	Гимнастическая скамейка, гимнастический мат, кувырок вперед и назад, группировка, стойка на лопатках, полушпагат, гибкость.	Гимнастическая скамейка, гимнастический мат, кувырок вперед и назад, кувырок вперед ноги скрестно, группировка, стойка на лопатках, полушпагат, гибкость полумост.	Гимнастическая скамейка, гимнастический мат, кувырок вперед и назад, кувырок вперед ноги скрестно, группировка, стойка на лопатках, полушпагат, гибкость полумост.
3 четверть			
Баскетбольный мяч, баскетбол, баскетболист, баскетбольная корзина, ведение мяча, передача, бросок.	Баскетбольный мяч, баскетбол, баскетболист, баскетбольная корзина, ведение мяча, передача, бросок, пробежка, штрафной, ловкость.	Баскетбольный мяч, баскетбол, баскетболист, баскетбольная корзина, ведение мяча, дриблинг, защита, нападение, передача, бросок, пробежка, штрафной, ловкость, координация.	Баскетбольный мяч, баскетбол, баскетболист, баскетбольная корзина, ведение мяча, дриблинг, защита, нападение, передача, бросок, пробежка, штрафной, ловкость, координация.
4 четверть			
Равномерный бег, кросс, ходьба, ходьба на носочках, осанка, строевая подготовка.	Равномерный бег, кросс, ходьба, ходьба на носочках, осанка, строевая подготовка, беговые упражнения, захлест, подъем, подскоки, ускорение, выносливость.	Равномерный бег, кросс, ходьба, ходьба на носочках, осанка, строевая подготовка, беговые упражнения, захлест, подъем, подскоки, ускорение, выносливость, координация.	Равномерный бег, кросс, ходьба, ходьба на носочках, осанка, строевая подготовка, беговые упражнения, захлест, подъем, подскоки, ускорение, выносливость, координация.

А) Тип урока:

- Вводные уроки (В.У.);
- Уроки ознакомления с новым материалом (Н.У.);
- Смешанные уроки (См.У.);
- Учетные уроки (У.У.);
- Уроки совершенствования с выполнением пройденного материала (С.У.);

ЖУР – журнал учета результатов;

ОРУ – Общеразвивающие упражнения

УП – учебное пособие по основам знаний;

ОФК – основные физические качества.

Б) Методы ведения урока:

- Фронтальный (Ф.М.); Поточный (П.М.); Посменный (Пс.М.); Групповой (Г.М.); Индивидуальный (И.М.).

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ урока	По программе	По факту	Вид урока	Элементы федерального компонента государственного стандарта начального образования по ФК	Тема урока	Форма контроля	Оснащенность урока	Восп. компонент

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 четверть - кроссовая подготовка и легкая атлетика								
1.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по технике безопасности.	Фронт. опрос	Журнал по ТБ	9
2.			ВУ	Основы ТБ	ТБ. Упражнения для профилактики плоскостопия и искривления осанки.	Коррекция бега	Спортплощадка	1
3.			ВУ	Основы ТБ	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	Спортплощадка	3
4.			НУ	ОФК	ТБ. Беговые упражнения.	Контроль	Спортплощадка	2
5.			НУ	Двигат. умения	Обучение прыжкам на скакалке.	Фикс.р-та	Спортплощадка	4
6.			НУ	Двигат. умения.	Эстафета "Класс, осанка"	Фикс.р-та	Спортплощадка	2
7.			НУ	Выносливость	ТБ. Кроссовая подготовка.	Коррекция	Спортплощадка	3, 2
8.			СУ	Двигат. умения.	Эстафета "Ручеек"	Коррекция	Спортплощадка	5
9.			СУ	Двигат. умения.	Игры на построение.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
10.			НУ	Двигат. умения.	ТБ. Обучение прыжку в длину с места.	Коррекция	Спортплощадка	6
11.			НУ	Развитие ОФК.	Эстафета «Кузнечик».	Коррекция	Спортплощадка	1
12.			НУ	Двигат. умения	ТБ. Игры на меткость. Метание в цель.	Коррекция	Спортплощадка	5, 6
13.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	1
14.			НУ	Развитие ОФК	Лазание и ползание.	Корректировка	Спортзал	2, 9
15.			НУ	Двигат. умения	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Коррекция	Спортзал	9
16.			СУ	Двигат. умения	Маршировка на месте.	Корректировка	Спортзал, мяч	7
17.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: пресс за 30 секунд	Корректировка	Секундомер	3
18.			СУ	Развитие ОФК	ТБ. Лазание по шведской стенке.	Корректировка	Спортзал, мяч	1
19.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжки на скакалке.	Фронт. опрос	Спортзал	3, 4
20.			См	Двигат. умения	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал	3, 9
21.			См	Двигат. умения	Тестирование: сгибание и разгиб. рук от опоры.	Коррекция	Спортзал	2, 3
22.			УУ	Двигат. умения	Упражнения на развитие гибкости.	Корректировка	Спортзал	2, 7
23.			НУ	Развитие ФК	Упражнения на развитие силы.	Коррекция	Спортзал, мяч	3, 6
24.			УУ	Основные ФК	ТБ. Упражнения на развитие меткости.	Контроль	Спортзал	1, 9
25.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, мяч	1, 2, 5
26.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, мяч	1, 2, 5
2 четверть - баскетбол								
27.			ВУ	На мат.баскетб.	Беседа по ТБ на уроках обучения баскетболу.	Фронт.опрос	Спортзал, мячи	9
28.			НУ	Двигат. умения	Обучение держанию б/б мяча. Подвижные игры.	Коррекция	Б/б мячи	1, 9
29.			НУ	Двигат. умения	ОФП. ТБ. Подбрасывание и ловля мяча.	Корректировка	Б/б мячи	4
30.			ИМ	Координация	ОФП. Стойка баскетболиста, перемещения.	Коррекция	Б/б мячи	7
31.			СУ	Координация	Ведение баскетбольного мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	1, 3
32.			СУ	Координация	Ведение мяча на месте попеременно.	Корректировка	Б/б мячи	3
33.			ПМ	Координация	ТБ. Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока.	Корректировка	Б/б мячи	6
34.			СУ	На мат.баскетб.	Игра «Догони мяч». Ведение мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6

35.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Разновидности подбрасывания и ловли мяча.	Корректировка	Б/б мячи	9
36.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Корректировка	Б/б мячи	2, 7
37.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча на месте, шагом.	Корректировка	Б/б мячи	1, 2
38.			ПМ	На мат.баскетб.	Ведение мяча шагом. ТБ. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
39.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча по кругу.	Корректировка	Б/б мячи	4
40.			СУ	Развитие ФК	Ведение мяча бегом. Эстафеты.	Коррекция	Б/б мячи	4, 5, 6
41.			СУ	Развитие ОФК	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Корректировка	Б/б мячи	1, 9
42.			НУ	ОФК	Эстафеты с б/б мячом.	Коррекция	Б/б мячи	5, 6
43.			НУ	Координации	ТБ. Передача мяча от груди двумя руками.	Корректировка	Б/б мячи	9, 6
44.			НУ	На мат.баскетб.	Эстафеты. Ведение, передача мяча от гр. двумя руками.	Страховка	Б/б мячи	3
45.			НУ	Координация	ТБ. Броски мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	6
46.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение, бросок мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	3, 6
47.			УП	На мат.б/бола	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	8
48.			НУ	ОФК	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	2, 3
3 четверть - гимнастика								
49.			ВУ	Основы ТБ	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики.	Корректировка	Журнал по ТБ	1, 3
50.			ФМ	ОФК	Корригирующие упражнения. ТБ.Подвижная игра "Выбивной".	Корректировка	Спортзал, мяч	5, 6
51.			ФМ	ОФК	Игра на построение. Команда "Разойдись".	Корректировка	Спортзал	9, 6
52.			СУ	ОФК	Расчет по порядку, повороты. Подвижные игры.	Корректировка	Спортзал, мяч	3
53.			ФМ	ОФК	Строевая подготовка. Игра на внимание «Зоо лото»	Контроль	Спортзал	6
54.			ФМ	ОФК	Перекаты на спине и животе. Группировка.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
55.			СУ	На мат.гимн.	ТБ. Хожение и лазание по гимнастической скамейке	Корректировка	Спортзал, г/маты	8
56.			ФМ	Двигат.умения	Лазание и ползание.	Контроль	Спортзал, г/маты	9
57.			СУ	Двигат.умения	Упражнения для развития гибкости.	Корректировка	Спортзал, г/маты	1, 9
58.			ПМ	Координация	Маршировка на месте. Дыхательная гимнастика.	Страховка	Спортзал, г/маты	4
59.			ПМ	ОФК	ТБ. Лазание по шведской стенке.	Страховка	Спортзал, г/маты	7
60.			ПМ	ОФК	ТБ. Обучение кувырку вперед.	Корректировка	Спортзал, мяч	1, 3
61.			См	На мат.гимн.	Круговая тренировка.	Страховка	Спортзал, г/маты	3
62.			НУ	На мат.гимн.	Упражнения с обручем. Прыжки на скакалке.	Страховка	Скакалки,обручи	6
63.			НУ	На мат. гимна.	Обучение полушпагату.	Коррекция	Спортзал, г/маты	5, 6
64.			ИМ	Гибкость	Полушпагат. Упражнения для развития гибкости.	Корректировка	Г/маты	9
65.			НУ	ОФК	ТБ. Обучение стойки на лопатках.	Страховка	Спортзал, г/маты	2, 7
66.			НУ	ОФК	Разновидности прыжков.	Оценка ЧСС	Спортзал, г/маты	7
67.			НУ	Двигат.действ.	ТБ. Броски на меткость. Подвижные игры.	Страховка	Г/маты, обручи	3
68.			НУ	ОФК	Упражнения на развитие координации.	Страховка	Спортзал	1
69.			СУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Коррекция	Г/маты, мяч	3, 4
70.			УУ	Двигат.действ.	Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Корректировка	Спортзал, г/маты	3, 9
71.			УУ	Двигат.действ.	Развитие мелкой моторики.	Контроль	Спортзал, г/маты	2, 3
72.			СУ	Двигат.действ.	Упражнения для укрепления мышц спины.	Контроль	Спортзал, г/маты	2, 7

73.			НУ	ОФК	ОФП. ТБ. Эстафеты.	Страховка	Спортзал, г/маты	3, 6
74.			СУ	ОФК	Упражнения и подвижные игры на меткость.	Страховка	Спортзал, г/маты	1, 9
4 четверть								
75.			ВУ	На мат. л/атлет.	Беседа по технике безопасности	Опрос	Журнал по ТБ	9
76.			ВУ	На мат. л/атлет.	Корригирующие упражнения. ТБ. Беговые упражнения.	Корректировка	Спортзал	1
77.			ПМ	ОФК	Игры на построение. ТБ. Прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	3
78.			См	ОФК	Прыжки на скакалке. Расчёт по порядку, повороты.	Корректировка	Спортзал	2
79.			ФМ	Двиат.действия	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Рулетка	4
80.			ФМ	Двигательные действия.	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Корректировка действий	Спортзал, г/скамейка, мяч	2
81.			ФМ	Двиг. действия.	Тестирование: сгибание и разгибание рук от опоры.	Корректировка	Спортзал, мяч	3, 2
82.			НУ	Двиг. действия.	Тестирование: пресс за 30 секунд	Корректировка	Спортзал, мат	5
83.			НУ	Двиг.действия.	Эстафеты. Подъем согнутых ног в висе.	Корректировка	Спортплощадка	7
84.			ПМ	ОФК (сила)	ОФП. ТБ. Лазание по шведской стенке. Подвижные игры.	Корректировка	Спортплощадка	6
85.			УУ	Подв. игры	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортплощадка	1
86.			ПМ	ОФК	Тестирование: прыжки на скакалке.	Коррекция	Спортплощадка	5, 6
87.			УУ	ОФК (сила)	Чередование ходьбы и бега.	Корректировка	Спортплощадка,	1
88.			НУ	ОФК	Подготовка к 5 – минутному бегу.	Корректировка	С/площадка	2, 9
89.			УУ	Выносливость	Строевая подготовка. ТБ. Эстафеты с мячом	Корректировка	С/площадка	9
90.			ПМ	Скорость	ТБ. Бег с ускорением.	Корректировка	С/площадка	7
91.			НУ	ОФК	ТБ. Метание.	Корректировка	С/площадка	3
92.			УУ	ОФК	ТБ. Метание в цель	Корректировка	С/площадка	1
93.			ПМ	ОФК	ТБ. Метание в цель и на дальность	Корректировка	С/площадка	3, 4
94.			ПМ	ОФК	Прыжки с касанием высоких ориентиров.	Коррекция	С/площадка	3, 9
95.			ПМ	ОФК	Пробегание под скакалкой.	Коррекция	С/площадка	2, 3
96.			НУ	ОФК	Подвижные игры на развитие выносливости.	Контроль	С/площадка	2, 7
97.			УУ	ОФК	ОФП. Эстафеты.	Коррекция	С/площадка	3, 6
98.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Коррекция	С/площадка	1, 9
99.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Коррекция	С/площадка	1, 2, 5

2 класс

№ уро-ка	По про-грам-ме	По фак-ту	Вид уро-ка	Элементы феде-рального компо-нента государ-ственного стан-дарта начального образования по физической куль-туре	Тема урока	Форма кон-троля	Оснащенность урока	Восп. ком-понент
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 четверть - кроссовая подготовка и легкая атлетика								

1.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по технике безопасности.	Фронт. опрос	Журнал по ТБ	9
2.			ВУ	ОРУ	Упр. для профилакт.плоскостопия и искривления осанки.	Коррекция	Спортплощадка	1
3.			ВУ	Основы ТБ	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	Спортплощадка	3
4.			НУ	Основные ФК	ТБ. Беговые упражнения. Бег с ускорением.	Фикс. рез-та	Спортплощадка	2
5.			НУ	Двигат.умения	Прыжки на скакалке. Пробегание.	Фикс.рез-та	Спортплощадка	4
6.			НУ	Двигат.умения	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Коррекция	Спортплощадка	2
7.			НУ	Выносливость	Кроссовая подготовка.	Коррекция	Спортплощадка	3, 2
8.			СУ	Двигат.	ОФП. Эстафеты.	Коррекция	Спортплощадка	5
9.			СУ	Двигат.умения	Игры на построение.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
10.			НУ	Двигат.умения	ТБ. Обучение прыжку в длину с места.	Коррекция	Спортплощадка	6
11.			НУ	Развит. ОФК.	Эстафета «Кузнечик».	Коррекция	С/площадка	1
12.			НУ	Двигат.умения	ТБ. Игры на меткость. Метание в цель.	Коррекция	Мячики	5, 6
13.			НУ	Двигат.умения	Тестирование: прыжок в длину с места.	Коррекция	Спортзал	1
14.			ФМ	Развитие ОФК	Лазание и ползание.	Корректировка	Спортзал	2, 9
15.			НУ	Двигат.умения	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Фронт.опрос	Спортзал	9
16.			СУ	Двигат.умения	Маршировка на месте. Расчет по порядку.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
17.			НУ	Двигат.умения	Тестирование: пресс за 30 секунд	Корректировка	Спортзал, мяч	3
18.			СУ	Развитие ФК	Лазание по шведской стенке.	Коррекция	Спортзал, мяч	1
19.			НУ	Двигат.умения	Тестирование: прыжки на скакалке.	Фронт.опрос	Спортзал	3, 4
20.			См	Двигат. умения	ОФП. ТБ. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал	3, 9
21.			См	Двигат.умения	Тестирование: сгибание и разгиб. рук от опоры.	Коррекция	Спортзал, мяч	2, 3
22.			УУ	Двигат.умения	Упражнения на развитие гибкости.	Корректировка	Спортзал	2, 7
23.			НУ	Развитие ФК	Упражнения на развитие силы.	Коррекция	Спортзал, мяч	3, 6
24.			УУ	Основные ФК	Упражнения на развитие ловкости.	Контроль	Спортзал	1, 9
25.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, мяч	1, 2, 5
26.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, мяч	1, 2, 5
2 четверть - баскетбол								
27.			ВУ	На мат.баскетб.	Беседа по ТБ на уроках обучения баскетболу.	Опрос	Журнал по ТБ	9
28.			НУ	Двигат.умения	Обучение держанию б/б мяча. Подвижные игры.	Коррекция	Б/б мячи	1, 9
29.			НУ	Двигат.умения	ОФП. ТБ. Подбрасывание и ловля мяча.	Корректировка	Б/б мячи	4
30.			ИМ	Координация	ОФП. Стойка баскетболиста, перемещения.	Коррекция	Б/б мячи	7
31.			СУ	Координация	Ведение баскетбольного мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	1, 3
32.			СУ	Координация	Ведение мяча на месте попеременно.	Корректировка	Б/б мячи	3
33.			ПМ	На мат.баскетб.	Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока.	Коррекция	Б/б мячи	6
34.			СУ	На мат.баскетб.	Игра «Догони мяч». Ведение мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
35.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Разновидности подбрасывания и ловли мяча.	Коррекция	Б/б мячи	9
36.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Коррекция	Б/б мячи	2, 7
37.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча на месте, шагом.	Коррекция	Б/б мячи	1, 2

38.			ПМ	На мат.баскетб.	Ведение мяча шагом. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
39.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча по кругу. Ведение мяча в парах.	Коррекция	Б/б мячи	4
40.			СУ	Развитие ОФК	Ведение мяча бегом. Эстафеты.	Контроль	Б/б мячи	4, 5, 6
41.			СУ	Развитие ОФК	ТБ. Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Корректировка	Б/б мячи	1, 9
42.			НУ	Координация	ТБ. Эстафеты с б/б мячом.	Коррекция	Б/б мячи	5, 6
43.			НУ	Координация	ТБ. Передача мяча от груди двумя руками.	Коррекция	Б/б мячи	9, 6
44.			НУ	На мат.баскетб.	Эстафеты. Ведение, передача мяча от груди двумя руками.	Страховка	Б/б мячи	3
45.			НУ	Меткость	ТБ. Броски мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	6
46.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение, бросок мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	3, 6
47.			НУ	На мат. б/бола	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	8
48.			НУ	На мат. б/бола	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	2, 3
3 четверть - гимнастика								
49.			ВУ	Основы ТБ	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики.	Фронт.опрос	Журнал по ТБ	1, 3
50.			ФМ	ОФК	Корригирующие упражнения. ТБ.Подвижная игра "Выбивной".	Корректировка	Спортзал, мяч	5, 6
51.			ФМ	ОФК	Игра на построение. Команда "Разойдись".	Корректировка	Спортзал	9, 6
52.			СУ	ОФК	Расчет по порядку, повороты. Подвижные игры.	Корректировка	Спортзал, мяч	3
53.			ФМ	ОФК	Строевая подготовка. Игра на внимание «Зоо лото»	Вып.правил	Спортзал	6
54.			ФМ	На мат.гимн.	Перекаты на спине и животе. Группировка.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
55.			СУ	На материале гимнастики	ТБ. Хожение, ползание по гимнастической скамейке, лазание по шведской стенке.	Корректировка	Спортзал, г/маты	8
56.			ФМ	Двигат.умения	Упражнения для развития гибкости.	Контролем	Спортзал, г/маты	9
57.			СУ	Двигат.умения	Маршировка на месте. Дыхательная гимнастика.	Корректировка	Спортзал, г/маты	1, 9
58.			ПМ	Координация	ТБ. Обучение кувырку вперед.	Страховка	Спортзал, г/маты	4
59.			ПМ	Координация	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал, г/маты	7
60.			ПМ	На мат.гимн.	Полушпагат. Упражнения для развития гибкости.	Корректировка	Спортзал, мяч	1, 3
61.			См	На мат.гимн.	ТБ. Обучение стойки на лопатках.	Страховка	Спортзал, г/маты	3
62.			НУ	На мат.гимн.	Упражнения с обручем. Прыжки на скакалке.	Страховка	Шведская стенка	6
63.			НУ	На мат.гимн.	Выполнение двух элементов слитно.	Коррекция	Спортзал, г/маты	5, 6
64.			ИМ	Координация	ТБ. Обучение кувырку назад.	Корректировка	Г/маты, скакалки	9
65.			НУ	ОФК	Упражнения на развитие координации. Упражнение «Ласточка»	Страховка	Спортзал, г/маты	2, 7
66.			НУ	ОФК	Разновидности прыжков. Комбинация.	Оценка ЧСС	Спортзал, г/маты	7
67.			НУ	Двиг.действия	ТБ. Броски на меткость. Подвижные игры.	Страховка	Г/маты, обручи	3
68.			НУ	ОФК	Комбинация. Строевая подготовка.	Страховка	Г/маты,	1
69.			НУ	ОФК	ОФП. ТБ. Круговая тренировка.	Страховка	Спортзал, г/маты	3, 4
70.			СУ	ОФК	Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Корректировка	Г/маты, мяч	3, 9
71.			УУ	Двиг.действия	Развитие мелкой моторики.	Корректировка	Спортзал, г/маты	2, 3
72.			УУ	Двиг.действия	Упражнения для укрепления мышц спины.	Контроль	Спортзал, г/маты	2, 7
73.			СУ	Двиг.действия	ОФП. Эстафеты.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6

74.			УУ	Двиг.действия	ТБ. Упражнения и подвижные игры на меткость.	Контроль	Спортзал, г/маты	1, 9
75.			СУ	Двиг.действия	ОФП. Комбинация.	Контроль	Спортзал, г/маты	7, 8
76.			СУ	Двиг.действия	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	5, 6
77.			СУ	Двиг.действия	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	3
4 четверть								
78.			ВУ	На мат. л/атлет.	Беседа по технике безопасности	Корректировка	Журнал по ТБ	9
79.			ВУ	На мат. л/атлет.	Корригирующие упражнения. ТБ. Беговые упражнения.	Корректировка	Спортзал	1
80.			ПМ	На мат. л/атлет.	Игры на построение. ТБ. Прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	3
81.			См	На мат. л/атлет.	Прыжки на скакалке. Расчёт по порядку, повороты.	Корректировка	Скакалки	2
82.			ФМ	Двиг.действия	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Рулетка	4
83.			ФМ	Двигательные действия.	Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Корректировка действий	Спортзал, г/скамейка, мяч	2
84.			ФМ	Двиг.действия	Тестирование: сгибание и разгибание рук от опоры.	Корректировка	Спортзал, мяч	3, 2
85.			НУ	Двиг.действия	Тестирование: пресс за 30 секунд	Корректировка	Секундомер	5
86.			НУ	Двиг.действия	Эстафеты. Подъем согнутых ног в висе.	Корректировка	Спортзал	7
87.			ПМ	ОФК (сила)	ОФП. Лазание по шведской стенке. Подвижные игры.	Корректировка	Спортзал	6
88.			УУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал	1
89.			ПМ	ОФК	Тестирование: прыжки на скакалке.	Коррекция	Спортзал	5, 6
90.			УУ	ОФК (сила)	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	Спортплощадка	1
91.			НУ	ОФК	Подготовка к 5 – минутному бегу.	Врач.контроль	С/площадка	2, 9
92.			УУ	ОФК	Строевая подготовка. Эстафеты с мячом	Врач.контроль	С/площадка	9
93.			ПМ	Двиг.действия	ТБ. Бег с ускорением.	Вып.ТБ	С/площадка	7
94.			НУ	ОФК	ТБ. Метание.	Коррекция	Скакалки	3
95.			УУ	ОФК	ТБ. Метание в цель	Контроль	С/площадка	1
96.			ПМ	ОФК	Метание в цель и на дальность	Коррекция	С/площадка	3, 4
97.			ПМ	ОФК	Прыжки с касанием высоких ориентиров.	Контроль	С/площадка	3, 9
98.			НУ	ОФК	Пробегание под скакалкой.	Контроль	С/площадка	2, 3
99.			УУ	ОФК	Подвижные игры на развитие выносливости.	Коррекция	С/площадка	2, 7
100.			ПМ	Выносливость	ОФП. ТБ. Эстафеты.	Коррекция	С/площадка	3, 6
101.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 9
102.			ПМ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 2, 5

3 класс

№ уро-ка	По про-грам-ме	По фак-ту	Вид уро-ка	Элементы феде-рального компо-нента государ-ственного стан-дарта начального образования по физической куль-туре	Тема урока	Форма кон-троля	Оснащенность урока	Восп. ком-по-нент
----------	----------------	-----------	------------	--	------------	-----------------	--------------------	-------------------

1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 четверть - кроссовая подготовка и легкая атлетика								
1.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по технике безопасности.	Фронт. опрос	Журнал по ТБ	9
2.			ВУ ФМ	Основы ТБ	Упр. для профилактики плоскостопия и искривления осанки.	Фиксирование результата	Спортплощадка	1
3.			ВУ	Основы ТБ	Чередование ходьбы и бега.	Фикс.рез-та	Спортплощадка	3
4.			НУ	Основные ФК	ТБ. Беговые упражнения. Бег с ускорением.	Фикс.рез-та	Спортплощадка	2
5.			НУ	Двигат. умения	Прыжки на скакалке. Пробегание.	Фикс.рез-та	Спортплощадка	4
6.			НУ	Двиг. умения.	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Фикс.рез-та	Спортплощадка	2
7.			НУ	Выносливость	Кроссовая подготовка.	Коррекция	Спортплощадка	3, 2
8.			СУ	Двиг. умения.	ОФП. Эстафеты.	Коррекция	Спортплощадка	5
9.			СУ	Двиг. умения.	Игры на построение. Маршировка на месте.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
10.			НУ	Двиг. умения.	ТБ. Прыжку в длину с места. Эстафета «Кузнечик».	Корректировка	Спортплощадка	6
11.			НУ	Развитие ОФК.	Прыжки с касанием высоких ориентиров. ТБ. Метание.	Коррекция	Спортплощадка	1
12.			НУ	Двигат. умения	ТБ. Метание в цель и на дальность.	Корректировка	Скакалки	5, 6
13.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	1
14.			НУ	Развитие ОФК	ТБ. Круговая тренировка. Лазание и ползание.	Корректировка	Спортзал	2, 9
15.			НУ	Двигат.умения	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Фрон.опрос	Спортзал	9
16.			СУ	Двигат. умения	Строевая подготовка: перестроения в две шеренги.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
17.			НУ	Двигат.умения	Тестирование: пресс за 30 секунд	Коррекция	Спортзал, мяч	3
18.			СУ	Развитие ФК	Перестроение в две колонны в движении.	Коррекция	Спортзал, мяч	1
19.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжки на скакалке.	Фиксация	Спортзал	3, 4
20.			См	Двигат. умения	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал	3, 9
21.			См	Двигат. умения	Тестирование: сгибание и разгиб. рук от опоры.	Коррекция	Журнал	2, 3
22.			УУ	Двигат.умения	Упражнения на развитие гибкости.	Коррекция	Сакалки	2, 7
23.			НУ	Развитие ОФК	Упражнения на развитие силы.	Корректировка	Спортзал, мяч	3, 6
24.			УУ	Основные ФК	Упражнения на развитие ловкости.	Коррекция	Журнал	1, 9
25.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Коррекция	Спортзал, мяч	1, 2, 5
26.			НУ	Развитие ФК	ОФП. Подвижные игры.	Коррекция	Спортзал, мяч	1, 2, 5
2 четверть - баскетбол								
27.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по ТБ на уроках обучения баскетболу.	Фронт. опрос	Спортзал	9
28.			НУ	Двигат.умения	Обучение держанию б/б мяча. Подвижные игры.	Коррекция	Б/б мячи	1, 9
29.			НУ	Двигат.умения	ОФП. ТБ. Подбрасывание и ловля мяча.	Корректировка	Б/мячи	4
30.			ИМ	Координация	ОФП. Стойка баскетболиста, перемещения.	Коррекция	Б/б мячи	7
31.			СУ	Координация	Ведение баскетбольного мяча на месте.	Коррекция	Б/б мячи	1, 3
32.			СУ	Координация	Ведение мяча на месте попеременно.	Корректировка	Б/б мячи	3
33.			ПМ	На матер. б/б	ТБ. Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока.	Коррекция	Б/б мячи	6
34.			СУ	На матер. б/б	Игра «Догони мяч». Ведение мяча на месте.	Коррекция	Б/б мячи	5, 6

35.			НУ	На матер. б\б	ТБ. Разновидности подбрасывания и ловли мяча.	Коррекция	Б/б мячи	9
36.			НУ	На матер. б\б	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Коррекция	Б/б мячи	2, 7
37.			НУ	На матер. б\б	Ведение мяча на месте, шагом.	Корректировка	Б/б мячи	1, 2
38.			ПМ	ОФК	Ведение мяча шагом. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
39.			НУ	На матер. б\б	Ведение мяча по кругу. Ведение мяча в парах.	Коррекция	Б/б мячи	4
40.			СУ	Развитие ОФК	Ведение мяча бегом. ТБ. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	4, 5, 6
41.			СУ	Развитие ОФК	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Корректировка	Б/б мячи	1, 9
42.			НУ	ОФК	ТБ. Эстафеты с б/б мячом.	Коррекция	Б/б мячи	5, 6
43.			НУ	Координация	ТБ. Передача мяча от груди двумя руками.	Коррекция	Б/б мячи	9, 6
44.			НУ	На матер. б\б	Эстафеты. Ведение, передача мяча от груди двумя руками.	Страховка	Б/б мячи	3
45.			НУ	ОФК	ТБ. Броски мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	6
46.			НУ	На мат. б\б	Ведение, бросок мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	3, 6
47.			УУ	На мат. б\б	Баскетбольная комбинация.	Коррекция	Б/б мячи	8
48.			НУ	На мат.б/бола	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	2, 3
3 четверть - гимнастика								
49.			ВУ	Основы ТБ	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики.	Фронт.опрос	Журнал по ТБ	1, 3
50.			ФМ	ОФК	Корригирующие упражнения. Строевая подготовка.	Корректировка	Спортзал, мяч	5, 6
51.			ФМ	ОФК	Расчет по порядку, повороты, маршировка на месте.	Корректировка	Спортзал	9, 6
52.			СУ	ОФК	Строевая подготовка. Игра на внимание «Зоо лото»	Корректировка	Спортзал, мяч	3
53.			ФМ	ОФК	Перекаты на спине и животе. Группировка.	Коррекция	Спортзал	6
54.			ФМ	На мат.гимнаст.	ТБ. Хожение, ползание по гимнастической скамейке, лазание по шведской стенке.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
55.			СУ	На мат.гимн.	Упражнения для развития гибкости. Дыхательная гимнастика.	Корректировка	Спортзал, г/маты	8
56.			ФМ	Координация	ТБ. Обучение кувырку вперед. Перестроения в две шеренги.	Контроль	Спортзал, г/маты	9
57.			СУ	Координация	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал, г/маты	1, 9
58.			ПМ	Координация	Полушпагат. Упражнения для развития гибкости.	Страховка	Спортзал, г/маты	4
59.			ПМ	Координация	ТБ. Обучение стойки на лопатках.	Корректировка	Спортзал, г/маты	7
60.			ПМ	На мат. л/а	Развитие координации. Упражнение «Ласточка»	Корректировка	Спортзал, мяч	1, 3
61.			См	На мат.гимн.	Выполнение двух элементов слитно.	Коррекция	Спортзал, г/маты	3
62.			НУ	На мат.гимн.	Упражнения с обручем. Прыжки на скакалке.	Страховка	Обручи, скалки	6
63.			НУ	На мат. гимнаст.	ТБ. Мост из положения лежа.	Корректировка	Спортзал, г/маты	5, 6
64.			ИМ	Гибкость	ТБ. Обучение кувырку назад.	Корректировка	Обручи	9
65.			НУ	ОФК	Кувырок назад. Комбинация.	Страховка	Спортзал, г/маты	2, 7
66.			НУ	ОФК	Разновидности прыжков. Комбинация.	Страховка	Спортзал, г/маты	7
67.			НУ	Гибкость	ТБ. Броски на меткость. Подвижные игры.	Страховка	/маты, обручи	3
68.			НУ	ОФК	Комбинация. Строевая подготовка.	Страховка	Спортзал	1
69.			НУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал, г/маты	3, 4
70.			СУ	ОФК	Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Коррекция	Г/маты, мяч	3, 9
71.			УУ	Двигат.действ.	Развитие мелкой моторики.	Корректировка	Спортзал, г/маты	2, 3

72.			УУ	Двигат.действ.	Упражнения для укрепления мышц спины.	Контроль	Спортзал, г/маты	2, 7
73.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. ТБ. Эстафеты.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
74.			УУ	Двигат.действ.	Упражнения и подвижные игры на меткость.	Контроль	Спортзал, г/маты	1, 9
75.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Комбинация.	Контроль	Спортзал, г/маты	7, 8
76.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	5, 6
77.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	3
4 четверть - легкая атлетика и кроссовая подготовка								
78.			ВУ	На мат. л/атл.	Беседа по технике безопасности	Коррекция	Журнал по ТБ	9
79.			ВУ	На мат. л/атлет.	Корригирующие упражнения. ТБ. Беговые упражнения.	Корректировка	Спортзал	1
80.			ПМ	На мат. л/атл.	Игры на построение. ТБ. Прыжок в длину с места.	Корректировка	Рулетка	3
81.			См	На мат. л/атл.	Прыжки на скакалке. Расчёт по порядку, повороты.	Коррекция	Скакалки	2
82.			ФМ	Дв. действия.	Тестирование: прыжок в длину с места.	Коррекция	Скакалки	4
83.			ФМ	Двигательные действия.	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Корректировка действий	Спортзал, г/скамейка	2
84.			ФМ	Дв. действия.	Тестирование: сгибание и разгибание рук от опоры.	Корректировка	Спортзал	3, 2
85.			НУ	Дв. действия.	Тестирование: пресс за 30 секунд	Коррекция	Спортзал, мяч,	5
86.			НУ	Дв. действия.	Эстафеты. Подъем согнутых ног в висе.	Фиксация	Спортплощадка	7
87.			ПМ	ОФК (сила)	ОФП. ТБ. Лазание по шведской стенке. Подвижные игры.	Фиксация	Секундомер	6
88.			УУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Маты	1
89.			ПМ	ОФК	Тестирование: прыжки на скакалке.	Коррекция	ЖУР, линейка	5, 6
90.			УУ	ОФК (сила)	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	ЖУР, линейка	1
91.			НУ	ОФК	Подготовка к 5 – минутному бегу.	Врач. контроль	С/площадка	2, 9
92.			УУ	ОФК	Строевая подготовка. ТБ. Эстафеты с мячом	Врач. контроль	С/площадка	9
93.			ПМ	Дв. действия	ТБ. Бег с ускорением.	Выполн. ТБ	С/площадка	7
94.			НУ	ОФК	ТБ. Метание.	Коррекция	ЖУР, линейка	3
95.			УУ	ОФК	ТБ. Метание в цель	Коррекция	ЖУР, линейка	1
96.			ПМ	ОФК	ТБ. Метание в цель и на дальность	Коррекция	ЖУР, линейка	3, 4
97.			ПМ	ОФК	Прыжки с касанием высоких ориентиров.	Коррекция	С/площадка	3, 9
98.			НУ	ОФК	Пробегание под скакалкой.	Коррекция	С/площадка	2, 3
99.			УУ	ОФК	Подвижные игры на развитие выносливости.	Коррекция	С/площадка, мяч	2, 7
100.			ПМ	ОФК	ОФП. Эстафеты.	Коррекция	ЖУР, линейка	3, 6
101.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 9
102.			ПМ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 2, 5

4 класс

№ ур ока	По плану	По фак- ту	Вид уро- ка	Элементы феде- рального компо- нента государ- ственного стан- дарта начального образования по	Тема урока	Форма кон- троля	Оснащенность урока	Восп. ком- по- нент
-------------	-------------	------------------	-------------------	--	------------	---------------------	-----------------------	------------------------------

				физической куль- туре				
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 четверть - кроссовая подготовка и легкая атлетика								
1.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по технике безопасности.	Фр.опрос	Журнал по ТБ	9
2.			ВУ ФМ	Основы ТБ	Упражнения для профилактики плоскостопия и искрив- ления осанки.	Фиксирование результата	Спортплощадка	1
3.			ВУ	ОРУ	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	Спортплощадка	3
4.			НУ	Основные ФК	ТБ. Беговые упражнения. Бег с ускорением.	Ф.результата	Спортплощадка	2
5.			НУ	Двигат. умения	Прыжки на скакалке. Пробегание.	Коррекция	Спортплощадка	4
6.			НУ	Двигат.умения.	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Ф.результата	Спортплощадка	2
7.			НУ	Выносливость	Кроссовая подготовка.	Коррекция	Спортплощадка	3, 2
8.			СУ	Двигат.умения.	ОФП. ТБ. Эстафеты.	Коррекция	Спортплощадка	5
9.			СУ	Двигат.умения.	Игры на построение. Маршировка на месте.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
10.			НУ	Двигат.умения.	ТБ. Прыжку в длину с места. Эстафета «Кузнечик».	Корректировка	Спортплощадка	6
11.			НУ	Развитие ОФК.	Прыжки с касанием высоких ориентиров. ТБ. Метание.	Коррекция	Спортплощадка	1
12.			НУ	Двигат. умения	ТБ. Метание в цель и на дальность.	Корректировка	Мячи	5, 6
13.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	1
14.			НУ	Развитие ОФК	Круговая тренировка. ТБ. Лазание и ползание.	Корректировка	Спортзал	2, 9
15.			НУ	Двигат. умения	ТБ. Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Фиксация	Спортзал	9
16.			СУ	Двигат. умения	Строевая подготовка: перестроения в две шеренги.	Коррекция	Спортзал, мяч	7
17.			НУ	Двигат.умения	Тестирование: пресс за 30 секунд	Корректировка	Спортзал, мяч	3
18.			СУ	Развитие ФК	Перестроение в две колонны в движении.	Корректировка	Спортзал, мяч	1
19.			НУ	Двигат. умения	Тестирование: прыжки на скакалке.	Фронт. опрос	Спортзал	3, 4
20.			См	Двигат. умения	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал	3, 9
21.			См	Двигат. умения	Тестирование: сгибание и разгиб. рук от опоры.	Корректировка	Спортзал, мяч	2, 3
22.			УУ	Двигат. умения	Упражнения на развитие гибкости.	Корректировка	Скакалки	2, 7
23.			НУ	Развитие ОФК	Упражнения на развитие силы.	Корректировка	Спортзал, мяч	3, 6
24.			УУ	Основные ФК	Упражнения на развитие ловкости.	Контроль	Журнал	1, 9
25.			НУ	Развитие ОФК	ОФП. Подвижные игры.	Коррекция	Спортзал, мяч	1, 2, 5
26.			НУ	Развитие ОФК	ОФП. Подвижные игры.	Коррекция	Спортзал, мяч	1, 2, 5
2 четверть - баскетбол								
27.			ВУ	Основы ТБ	Беседа по ТБ на уроках обучения баскетболу.	Фронт.опрос	Журнал по ТБ	9
28.			НУ	Двигат. умения	Обучение держанию б/б мяча. Подвижные игры.	Коррекция	Б/б мячи	1, 9
29.			НУ	Двигат. умения	ОФП. ТБ. Подбрасывание и ловля мяча.	Корректировка	Б/б мячи	4
30.			ИМ	Координация	ОФП. Стойка баскетболиста, перемещения.	Коррекция	Б/б мячи	7
31.			СУ	Координация	Ведение баскетбольного мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	1, 3
32.			СУ	Координация	Ведение мяча на месте попеременно.	Коррекция	Б/б мячи	3

33.			ПМ	На мат.баскетб.	Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока.	Коррекция	Б/б мячи	6
34.			СУ	На мат.баскетб.	Игра «Догони мяч». Ведение мяча на месте.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
35.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Разновидности подбрасывания и ловли мяча.	Корректировка	Б/б мячи	9
36.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Эстафета "Класс, осанка", "Ручеек"	Корректировка	Б/б мячи	2, 7
37.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча на месте, шагом.	Корректировка	Б/б мячи	1, 2
38.			ПМ	На мат.баскетб.	Ведение мяча шагом. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	5, 6
39.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение мяча по кругу. Ведение мяча в парах.	Корректировка	Б/б мячи	4
40.			СУ	Развитие ОФК	Ведение мяча бегом. Эстафеты.	Корректировка	Б/б мячи	4, 5, 6
41.			СУ	Развитие ФК	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Корректировка	Б/б мячи	1, 9
42.			НУ	Координация	Эстафеты с б/б мячом.	Коррекция	Б/б мячи	5, 6
43.			НУ	Координация	ТБ. Передача мяча от груди двумя руками.	Корректировка	Б/б мячи	9, 6
44.			НУ	На мат.баскетб.	Эстафеты. Ведение, передача мяча от груди двумя руками.	Страховка	Б/б мячи	3
45.			НУ	На мат.баскетб.	ТБ. Броски мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	6
46.			НУ	На мат.баскетб.	Ведение, бросок мяча в кольцо.	Страховка	Б/б мячи	3, 6
47.			УУ	На мат.баскетб.	Баскетбольная комбинация.	Коррекция	Б/б мячи	8
48.			НУ	На мат.баскетб.	Баскетбольная комбинация.	Страховка	Б/б мячи	2, 3
3 четверть - гимнастика								
49.			ВУ	Основы ТБ	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики.	Фронт.опрос	Журнал по ТБ	1, 3
50.			ФМ	ОФК	Корригирующие упражнения. Строевая подготовка.	Корректировка	Спортзал, мяч	5, 6
51.			ФМ	ОФК	Расчет по порядку, повороты, маршировка на месте.	Корректировка	Спортзал	9, 6
52.			СУ	ОФК	ОФП. Перекаты на спине и животе. Группировка.	Корректировка	Спортзал, мяч	3
53.			ФМ	ОФК	Перестроения в две шеренги.	Коррекция	Спортзал	6
54.			ФМ	На мат.гимн.	ОФП. ТБ. Ползание и лазание.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
55.			СУ	На мат.гимн.	ТБ. Кувырок вперед. Дыхательная гимнастика.	Корректировка	Спортзал, г/маты	8
56.			ФМ	Двигат. умения	Полушпагат. Упражнения для развития гибкости.	Контроль	Спортзал, г/маты	9
57.			СУ	Двигат.умения	ТБ. Обучение стойки на лопатках.	Корректировка	Спортзал, г/маты	1, 9
58.			ПМ	Координация	ТБ. Мост из положения лежа.	Страховка	Спортзал, г/маты	4
59.			ФМ	Координация	Развитие координации. Упражнение «Ласточка»	Корректировка	Спортзал, г/маты	7
60.			ПМ	На мат. л/атлет.	Выполнение двух элементов слитно.	Страховка	Спортзал, мяч	1, 3
61.			См	На мат.гимн.	Упражнения с обручем. Прыжки на скакалке.	Корректировка	Спортзал, г/маты	3
62.			НУ	На мат.гимн.	ТБ. Обучение кувырку назад. Строевая подготовка.	Страховка	Спортзал, г/маты	6
63.			НУ	На мат.гимн.	Перестроения в две колонны.	Корректировка	Спортзал, г/маты	5, 6
64.			ИМ	Координация.	Упражнения на координацию.	Корректировка	Г/маты, скакалки	9
65.			НУ	ОФК	ОФП. Комбинация. Подвижные игры.	Страховка	Спортзал, г/маты	2, 7
66.			НУ	ОФК	Разновидности прыжков. Комбинация.	Страховка	Спортзал, г/маты	7
67.			НУ	Двигат.действ.	ТБ. Броски на меткость. Подвижные игры.	Страховка	Г/маты, обручи	3
68.			НУ	ОФК	Комбинация. Строевая подготовка.	Страховка	Г/маты,	1
69.			НУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Спортзал, г/маты	3, 4
70.			СУ	ОФК	Упражнения с мячами. Подвижные игры.	Корректировка	Г/маты, мяч	3, 9

71.			УУ	Двигат.действ.	Развитие мелкой моторики.	Корректировка	Спортзал, г/маты	2, 3
72.			УУ	Двигат.действ.	Упражнения для укрепления мышц спины.	Контроль	Спортзал, г/маты	2, 7
73.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Эстафеты.	Контроль	Спортзал, г/маты	3, 6
74.			СУ	Двигат.действ.	Упражнения и подвижные игры на меткость.	Контроль	Спортзал, г/маты	1, 9
75.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Комбинация.	Контроль	Спортзал, г/маты	7, 8
76.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	5, 6
77.			СУ	Двигат.действ.	ОФП. Подвижные игры.	Контроль	Спортзал, г/маты	3
4 четверть - легкая атлетика и кроссовая подготовка								
78.			ВУ	На мат. л/атлет.	Беседа по технике безопасности	Опрос	Журнал по ТБ	9
79.			ВУ	На мат. л/атлет.	Корригирующие и беговые упражнения.	Корректировка	Спортзал	1
80.			ПМ	На мат. л/атлет.	Игры на построение. ТБ. Прыжок в длину с места.	Корректировка	Спортзал	3
81.			См	На мат. л/атлет.	Прыжки на скакалке. Расчёт по порядку, повороты.	Корректировка	Спортзал	2
82.			ФМ	Двигат.действ.	Тестирование: прыжок в длину с места.	Корректировка	Рулетка	4
83.			ФМ	Двигат.действ.	Тестирование: бросок набивного мяча из-за головы сидя, ноги врозь.	Корректировка действий	Спортзал, г/скамейка, мяч	2
84.			ФМ	Двигат.действ.	Тестирование: сгибание и разгибание рук от опоры.	Корректировка	Спортзал, мяч	3, 2
85.			НУ	Двигат.действ.	Тестирование: пресс за 30 секунд	Фиксация	Спортзал, мяч,	5
86.			НУ	Двигат.действ.	Эстафеты. Подъем согнутых ног в висе.	Фиксация	Спортплощадка	7
87.			ПМ	ОФК (сила)	ОФП. Лазание по шведской стенке. Подвижные игры.	Фиксация	Спортплощадка	6
88.			УУ	ОФК	ОФП. Круговая тренировка.	Корректировка	Маты, скамейки	1
89.			ПМ	ОФК	Тестирование: прыжки на скакалке.	Коррекция	Спортплощадка	5, 6
90.			УУ	ОФК (сила)	Чередование ходьбы и бега.	Коррекция	Секундомер	1
91.			НУ	ОФК	Подготовка к 5 – минутному бегу.	Врач. контроль	С/площадка	2, 9
92.			УУ	ОФК	Строевая подготовка. ТБ. Эстафеты с мячом	Врач. контроль	С/площадка	9
93.			ПМ	Дв.действия	ТБ. Бег с ускорением.	Выполн. ТБ	С/площадка	7
94.			НУ	ОФК	ТБ. Метание.	Контроль	Мячики	3
95.			УУ	ОФК	ТБ. Метание в цель	Коррекция	Мячики	1
96.			ПМ	ОФК	ТБ. Метание в цель и на дальность	Контроль	Мячики	3, 4
97.			ПМ	ОФК	Прыжки с касанием высоких ориентиров.	Контроль	С/площадка	3, 9
98.			НУ	ОФК	Пробегание под скакалкой.	Контроль	С/площадка	2, 3
99.			УУ	ОФК	Подвижные игры на развитие выносливости.	Контроль	Мячи	2, 7
100.			ПМ	ОФК	ОФП. Эстафеты.	Контроль	С/площадка	3, 6
101.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 9
102.			УУ	ОФК	ОФП. Кроссовая подготовка. Подвижные игры.	Контроль	С/площадка	1, 2, 5