**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«Физическая культура»**

**1 «А» класс**

Составитель: Стребкова Оксана Владимировна,

учитель физической культуры

высшей квалификационной категории

2020 год

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**физическая культура 1А класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Пояснительная записка** | Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 1 класса составлена в соответствии с ФГОС НОО (приказ МО и Н РФ 06.10.2009 г. №373, с изменениями приказ от 31.12.2015 №1576), основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «СОШ №9» и её содержание реализуется с помощью учебника Лях В. И.Физическая культура. 1-4кл.: учеб. для общеобразовательных организаций. М.:Просвещение, 2019.  Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» в 1 классе рассчитана на99 часов в год (по 3 часа в неделю).  Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки, индивидуальными способностями и медицинскими рекомендациями. |
| **Планируемые результаты освоения программы**  **учебного предмета «Физическая культура» в 1 классе.** | |
| **Личностные результаты освоения программы учебного предмета «Физическая культура».** | • формирование чувства гордости за свою Родину;  • формирование уважительного отношения к иному мнению;  • развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения;  • развитие этических чувств, доброжелательной и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости;  • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;  • оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;  • формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. |
| **Метапредметные результаты освоения программы учебного предмета «Физическая культура».** | **Регулятивные УУД:**  • анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;  • формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эф­фективные способы достижения результата;  • уметь осуществлять действие по образцу и заданному правилу;  • формировать умение адекватно понимать оценку взросло­го и сверстников;  • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.  **Познавательные УУД:**  • поиск и выделение необхо­димой информации;  • представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов;  • характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;  • оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;  • овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.  **Коммуникативные УУД:**  • формировать умение организовывать и осу­ществлять совместную деятельность;  • обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;  • сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие от­ношения; формировать навыки работы в группе. |
| **Предметные результаты освоения программы учебного предмета «Физическая культура» за 1 класс.** | **Раздел *«Знания о физической культуре»***  **Обучающийся научится:**  •        ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;  •        раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;  •        ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;  •        организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.  ***Обучающийся получит возможность научиться:***  *•        выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*  *•        характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.*  **Раздел «*Способы физкультурной деятельности»***  **Обучающийся научится:**  •        отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;  •        организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;  •        измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.  ***Обучающийся 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 физической подготовленности;*  *•        целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*  *•        выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.*  **Раздел «*Физическое совершенствование»***  **Обучающийся научится:**  •        выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);  •        выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;  •        выполнять организующие строевые команды и приемы;  •        выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);  •        выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);  •        выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса);  •        выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.  ***Обучающийся получит возможность научиться:***  *•        сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*  *•        выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*  *•        играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам.* |

**Содержание программы учебного предмета**

**«Физическая культура» в 1 классе**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование раздела. | Содержание раздела |
| **Знания о физической культуре** | Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена. |
| **Способы физкультурной деятельности** | Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. |
| **Физическое совершенствование**  ***Гимнастика с основами акробатики***  ***Легкая атлетика***  ***Лыжные гонки***  ***Подвижные игры***  ***Подвижные игры с элементами баскетбола*** | *Организующие команды и приемы:* построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйсь!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.  *Акробатические упражнения:* упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.  *Гимнастические упражнения прикладного характера:* передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).  *Бег:* с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.  *Прыжки:* на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.  *Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.  *Метание:* малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.  *Организующие команды и приемы:* «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.  *Передвижения на лыжах* ступающим и скользящим шагом.  *Повороты* переступанием на месте.  *Спуски* в основной стойке.  *Подъемы* ступающим и скользящим шагом.  *Торможение* падением.  *На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».  *На материале раздела «Легкая атлетика»:* «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».  *На материале раздела «Лыжная подготовка»:* «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».  Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки» и др. |

**Тематическое планирование программы учебного предмета**

**«Физическая культура» в 1 классе.**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование раздела. | Количество часов. |
| Знания о физической культуре | В процессе занятий |
| Способы физкультурной деятельности | В процессе занятий |
| Физическое совершенствование  *Гимнастика с основами акробатики*  *Легкая атлетика*  *Лыжные гонки*  *Подвижные игры*  *Подвижные игры с элементами баскетбола* | 17ч  21ч  19ч  20ч  22ч |

**Календарно - тематическое планирование 1А класс.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока. | Дата  планируемая | Дата фактическая |
| **Лёгкая атлетика 11 часов.** | | | |
| 1(1) | Вводный ИОТ, ИОТ (№34). Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». | 02.09-06.09 |  |
| 2(2) | ИОТ (№34). Бег 30м. Ходьба на носках, на пятках. Подвижная игра «Вызов номеров». | 02.09-06.09 |  |
| 3(3) | ИОТ (№34). Бег с ускорением. Бег 60м. Подвижная игра «Гуси-лебеди». | 02.09-06.09 |  |
| 4(4) | ИОТ (№34). Ходьба под счёт. Подвижная игра «Гуси-лебеди». | 09.09-13.09 |  |
| 5(5) | ИОТ (№34). Бег 60м. Подвижная игра «Вызов номеров». | 09.09-13.09 |  |
| 6(6) | ИОТ (№34). Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Подвижная игра «Зайцы в огороде». | 09.09-13.09 |  |
| 7(7) | ИОТ (№34). Прыжки с продвижением вперёд. | 16.09-20.09 |  |
| 8(8) | ИОТ (№34). Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Лисы и куры». | 16.09-20.09 |  |
| 9(9) | ИОТ (№34). Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. | 16.09-20.09 |  |
| 10(10) | ИОТ (№34). Метание малого мяча из-за головы. Подвижная игра «Попади в мяч». | 23.09-27.09 |  |
| 11(11) | ИОТ (№34). Подвижная игра «Кто дальше бросит».  Метание малого мяча на заданное расстояние. | 23.09-27.09 |  |
| **Подвижные игры 20 часов.** | | | |
| 12(1) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игр «К своим флажкам», «Два мороза». | 23.09-27.09 |  |
| 13(2) | ИОТ (№41). Повторение игр «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. | 30.09-04.10 |  |
| 14(3) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игр «Класс, смирно!», «Октябрята». | 30.09-04.10 |  |
| 15(4) | ИОТ (№41). Повторение игр «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. | 30.09-04.10 |  |
| 16(5) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Метко в цель». | 07.10-10.10 |  |
| 17(6) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Погрузка арбузов». | 07.10-10.10 |  |
| 18(7) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Через кочки и пенёчки» | 07.10-10.10 |  |
| 19(8) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Кто дальше бросит». | 14.10-18.10 |  |
| 20(9) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Волк во рву» | 14.10-18.10 |  |
| 21(10) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Посадка картошки». | 14.10-18.10 |  |
| 22(11) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Капитаны». | 21.10-25.10 |  |
| 23(12) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Попрыгунчики воробушки». | 21.10-25.10 |  |
| 24(13) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Пятнашки». | 21.10-25.10 |  |
| 25(14) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Два мороза». | 04.11-08.11 |  |
| 26(15) | ИОТ (№41). Эстафеты. Разучивание игры «Прыгающие воробушки». | 04.11-08.11 |  |
| 27(16) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Зайцы в огороде».  Эстафеты. | 04.11-08.11 |  |
| 28(17) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Лисы и куры».  Эстафеты. | 11.11-15.11 |  |
| 29(18) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Точный расчет». Эстафеты. | 11.11-15.11 |  |
| 30(19) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Удочка». Эстафеты. | 11.11-15.11 |  |
| 31(20) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Компас». Эстафеты. | 18.11-22.11 |  |
| **Гимнастика 17 часов.** | | | |
| 32(1) | ИОТ (№33). Группировка. Разучивание игры «Пройди бесшумно». | 18.11-22.11 |  |
| 33(2) | ИОТ (№33). Перекаты в группировке. Повторение игры «Пройди бесшумно». | 18.11-22.11 |  |
| 34(3) | ИОТ (№33). Перекаты. Разучивание игры «Совушка». | 25.11-29.11 |  |
| 35(4) | ИОТ (№33). Перекаты в группировке, лёжа на животе. Повторение игры «Совушка». | 25.11-29.11 |  |
| 36(5) | ИОТ (№33). Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Разучивание игры «Космонавты. | 25.11-29.11 |  |
| 37(6) | ИОТ (№33). Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Повторение игры «Космонавты. | 02.12-06.12 |  |
| 38(7) | ИОТ (№33). Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Разучивание игры «Змейка». | 02.12-06.12 |  |
| 39(8) | ИОТ (№33). Ходьба по гимнастической скамейке. Повторение игры «Змейка». | 02.12-06.12 |  |
| 40(9) | ИОТ (№33). Перешагивания через мячи.  Разучивание игры «Не ошибись!». | 09.12-13.12 |  |
| 41(10) | ИОТ (№33). Ходьба по гимнастической скамейке. Повторение игры «Не ошибись!». | 09.12-13.12 |  |
| 42(11) | ИОТ (№33). Перешагивание через мячи. Разучивание игры «Западня». | 09.12-13.12 |  |
| 43(12) | ИОТ (№33). Ходьба по гимнастической скамейке. Повторение игры «Западня». | 16.12-20.12 |  |
| 44(13) | ИОТ (№33). Лазание по гимнастической стенке.  Разучивание игры «Ниточка и иголочка». | 16.12-20.12 |  |
| 45(14) | ИОТ (№33). Перелезание через коня.  Повторение игры «Ниточка и иголочка». | 16.12-20.12 |  |
| 46(15) | ИОТ (№33). Лазание по канату.  Игра «Фигуры». | 23.12-27.12 |  |
| 47(16) | ИОТ (№33). Подтягивание, лёжа на животе на гимнастической скамейке. Разучивание игры «Светофор». | 23.12-27.12 |  |
| 48(17) | ИОТ (№33). Перелезание через горку матов. Разучивание игры «Три движения». | 23.12-27.12 |  |
| **Лыжная подготовка 19 часов.** | | | |
| 49(1) | Повторный ИОТ, ИОТ (№35). Температурный режим. Учить построению с лыжами в руках, укладке лыж на снег и надеванию креплений. | 13.01-17.01 |  |
| 50(2) | ИОТ (№35). Ступающий шаг. | 13.01-17.01 |  |
| 51(3) | ИОТ (№35). Ступающий шаг. Пройти на лыжах дистанцию до 1000м. | 13.01-17.01 |  |
| 52(4) | ИОТ (№35). Поворот на месте переступанием, игры «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». | 20.01-24.01 |  |
| 53(5) | ИОТ (№35). Скользящий шаг без палок. Повороты на месте (вправо и влево). | 20.01-24.01 |  |
| 54(6) | ИОТ (№35). Косой подъем на склон 15 – 20гр. (без палок) и спуск в низкой стойке. | 20.01-24.01 |  |
| 55(7) | ИОТ (№35). Скользящий шаг без палок. Подъем и спуск со склона. | 27.01-31.01 |  |
| 56(8) | ИОТ (№35). Скользящий шаг без палок.  Низкая стойка при спуске с горки. | 27.01-31.01 |  |
| 57(9) | ИОТ (№35). Подъемы и спуски со склона. | 27.01-31.01 |  |
| 58(10) | ИОТ (№35). Эстафеты на совершенствование скользящего шага. | 03.02-07.02 |  |
| 59(11) | ИОТ (№35). Эстафеты с этапом до 50м с поворотами и передачей палок. | 03.02-07.02 |  |
| 60(12) | ИОТ (№35). В среднем темпе дистанция до 1000м с палками. | 03.02-07.02 |  |
| 61(13) | ИОТ (№35). Эстафета со спуском и подъемом. Игра «Смелее с горки». | 10.02-14.02 |  |
| 62(14) | ИОТ (№35). Урок игр – эстафет с этапом до 50м без палок; со спуском и подъемом. | 10.02-14.02 |  |
| 63(15) | ИОТ (№35). Урок игр – эстафет с этапом до 100м без палок; со спуском и подъемом. | 10.02-14.02 |  |
| 64(16) | ИОТ (№35). Соревнования на дистанцию 500м с раздельным стартом. | 17.02-21.02 |  |
| 65(17) | ИОТ (№35). Свободное катание с горки.  Эстафета круговая. | 17.02-21.02 |  |
| 66(18) | ИОТ (№35). Эстафета с этапом до 100м; эстафета круговая. | 17.02-21.02 |  |
| 67(19) | ИОТ (№35). Урок игр – эстафет с этапом до 50 -80 м без палок; со спуском и подъемом. | 02.03-06.03 |  |
| **Подвижные игры на основе баскетбола 22 часа.** | | | |
| 68(1) | ИОТ (№41). Ловля мяча на месте. Разучивание игры «Бросай и поймай». | 02.03-06.03 |  |
| 69(2) | ИОТ (№41). Бросок мяча снизу на месте. Повторение игры «Бросай и поймай». | 02.03-06.03 |  |
| 70(3) | ИОТ (№41). Бросок мяча снизу на месте. | 09.03-13.03 |  |
| 71(4) | ИОТ (№41). Ловля мяча на месте. Разучивание игры «Передача мячей в колоннах». | 09.03-13.03 |  |
| 72(5) | ИОТ (№41). Эстафеты с мячами. Разучивание игры «Мяч соседу». | 09.03-13.03 |  |
| 73(6) | ИОТ (№41). Передача мяча снизу на месте. Повторение игры «Мяч соседу». | 16.03-20.03 |  |
| 74(7) | ИОТ (№41). Эстафеты с мячами. Разучивание игры «Гонка мячей по кругу». | 16.03-20.03 |  |
| 75(8) | ИОТ (№41). Повторение игры «Гонка мячей по кругу». Бросок мяча снизу на месте в щит. | 16.03-20.03 |  |
| 76(9) | ИОТ (№41). Разучивание игры «Передал-садись». Игра в мини-баскетбол. | 30.03-03.04 |  |
| 77(10) | ИОТ (№41). Повторение игры «Передал-садись». Игра в мини-баскетбол. | 30.03-03.04 |  |
| 78(11) | ИОТ (№41). Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра в мини-баскетбол. Игра «Выстрел в небо». | 30.03-03.04 |  |
| 79(12) | ИОТ (№41). Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Повторение игры «Выстрел в небо». | 06.04-10.04 |  |
| 80(13) | ИОТ (№41). Бросок мяча снизу на месте в щит. Разучивание игры «Охотники и утки». | 06.04-10.04 |  |
| 81(14) | ИОТ (№41). Ловля и передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. | 06.04-10.04 |  |
| 82(15) | ИОТ (№41). Ведение мяча на месте. Повторение игры «Охотники и утки». | 13.04-17.04 |  |
| 83(16) | ИОТ (№41). Ведение мяча на месте. Повторение игры «Охотники и утки». | 13.04-17.04 |  |
| 84(17) | ИОТ (№41). Эстафеты с мячами. Разучивание игры «Мяч в обруч». | 13.04-17.04 |  |
| 85(18) | ИОТ (№41). Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Повторение игры «Мяч в обруч». | 20.04-24.04 |  |
| 86(19) | ИОТ (№41). Эстафеты с мячами.  Разучивание игры «Не давай мяч водящему». | 20.04-24.04 |  |
| 87(20) | ИОТ (№41). Ведение мяча в движении.  Повторение игры «Не давай мяч водящему». | 20.04-24.04 |  |
| 88(21) | ИОТ (№41). Ведение мяча в движении. Эстафеты с мячами. Разучивание игры «Перестрелка». | 27.04-30.04 |  |
| 89(22) | ИОТ (№41). Эстафеты с мячами.  Повторение игры «Перестрелка». | 27.04-30.04 |  |
| **Лёгкая атлетика 10 часов.** | | | |
| 90(1) | ИОТ (№34). Сочетание различных видов ходьбы. Разучивание игры «Воробьи и вороны». | 27.04-30.04 |  |
| 91(2) | ИОТ (№34). Бег 30м. Повторение игры «Воробьи и вороны». | 04.05-08.05 |  |
| 92(3) | ИОТ (№34). Бег 60м. Разучивание игры «День и ночь». Эстафеты. | 04.05-08.05 |  |
| 93(4) | ИОТ (№34). Бег 60м. Повторение игры «День и ночь». Эстафеты. | 04.05-08.05 |  |
| 94(5) | ИОТ (№34). Прыжок в длину с места. Разучивание игры «Парашютисты». | 11.05-15.05 |  |
| 95(6) | ИОТ (№34). Прыжок в длину с разбега.  Разучивание игры «Кузнечики». | 11.05-15.05 |  |
| 96(7) | ИОТ (№34). Прыжок в длину с места. Разучивание игры «Прыжок за прыжком». | 11.05-15.05 |  |
| 97(8) | ИОТ (№34). Разучивание игры «Попади в мяч». Метание малого мяча в цель с 3-4 метров. | 18.05-22.05 |  |
| 98(9) | ИОТ (№34). Разучивание игры «Защита укрепления». Метание набивного мяча из разных положений. | 18.05-22.05 |  |
| 99(10) | ИОТ (№34). Разучивание игры «Снайперы». Метание набивного мяча на дальность. | 18.05-22.05 |  |

Лист коррекции рабочей программы по физической культуре

1А класс