**Пояснительная записка**

Рабочая учебная программа к учебному курсу по физической культуре для 1 класса составлена на основе примерной (типовой) учебной программы начального общего образования (базовый уровень) и соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования 2010 года.

Рабочая учебная программа предназначена для учащихся 1 класса общеобразовательного учреждения и учитывает специфику адресата и условия обучения.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является формирование внутренней позиции школьников, адекватной мотивации учебной деятельности, овладения ими основами теоретического мышления, простейшими навыками самооценки, культуры поведения и здорового образа жизни.

Рабочая учебная программа способствует реализации модели выпускника начальной школы: любящего свой народ, свой край и свою Родину; уважающего и принимающего ценности семьи и общества; любознательного, активно и заинтересованно познающего мир; владеющего основами умения учиться, способного к организации собственной деятельности; готового самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом.

Предметом обучения физической культуре в 1 классе является двигательная дея­тельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятель­ностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определен­ные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учетом этих особенностей целью рабочей учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся 1 класса основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

* укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
* совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвиж­ным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
* формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
* развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
* обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показате­лями физического развития и физической подготовленности.

Настоящая рабочая программа учитывает особенности класса. В 1 классе учащиеся в процессе занятий физической культурой укрепляют здоровье, совершенствуют физические качества, осваивают определенные двигательные действия, активно  
развивают мышление, творчество и самостоятельность с учетом индивидуальных и возрастных особенностей.

Рабочая учебная программа курса «Физическая культура» создана на основе концепции системы учебников «Начальная школа XXI века» и отражает содержание обучения физкультуре в современной начальной школе.

Преобладающим типом урока является урок открытия новых знаний и рефлексия. В работе используются различные формы работы: фронтальная, групповая, парная, индивидуальная. Учитывая возрастные особенности первоклассников, используются такие формы уроков как: урок-соревнование, урок-игра, уроки с ИКТ, а также элементы проектной, исследовательской и проблемной деятельности.

В первом классе в ходе освоения предмета «Физическая культура» обеспечиваются условия для достижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и об­щие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физиче­ской культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимо­помощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физиче­ской культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее вы­полнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возмож­ности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, исполь­зовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значе­ние в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического разви­тия и физической подготовки человека, измерять (познавать) индивидуальные показатели физи­ческого развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учеб­ных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безо­пасности к местам проведения;
* организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направлен­ностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
* характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее на­пряженность во время занятий по развитию физических качеств;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревно­ваний;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, ана­лизировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упраж­нений;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными уче­никами, выделять отличительные признаки и элементы;
* выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и со­ревновательной деятельности;
* выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в раз­личных изменяющихся, вариативных условиях.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тематический блок | Кол-во  часов | Использование ИКТ | Использование проектной деятельности  (элементы) | Использование исследователь  ской деятельности  (элементы) |
| 1 | Гимнастика с основами акробатики | 27 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Легкая атлетика | 43 | 1 | 1 | 1 |
| 3 | Подвижные и спортивные игры | 27 | 1 | 1 | 1 |
| 4 | Резервные уроки | 2 |  |  |  |
| Всего | | 99 | 3 | 3 | 3 |

**Основное содержание тематического плана**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема урока** | | **Кол-во часов** |
| **Гимнастика с основами акробатики** | | **27** |
| 1 | Правила пове­дения в спортивном зале на уроке. Обучение построе­нию в шеренгу, колонну. Обучение понятиям «основная стой­ка», «смирно», «вольно»; положения рук и ног. Подвижная игра «Салки» | 1 |
| 2-3 | Обучение по­строению в ше­ренгу, в колон­ну. Обучение положению рук, ног. Игры: «Совушка», «За­прещенное дви­жение» | 2 |
| 4 | Совершенство­вание основных положений рук и ног. Контроль двигательных качеств: подтя­гивание, подни­мание туловища | 1 |
| 5-6 | Правила выпол­нения упражне­ний с мячом. Обучение пере­даче мяча, поня­тиям «эстафе­та», «соревнова­ние». Развитие координацион­ных качеств по­средством игр *(урок с использованием ИКТ)* | 2 |
| 7-9 | Совершенство­вание передачи мяча. Развитие координацион­ных способно­стей в игровых упражнениях | 3 |
| 10-12 | Разучивание новых эстафет. Развитие гибкости, ловкости | 3 |
| 13-14 | Обучение хва­там и передачам большого баскетбольного мя­ча. Разучивание комплекса ОРУ (общеразвивающих упражне­ний) типа заряд­ки. Развитие ловкости, скоростных качеств | 2 |
| 15-17 | Обучение ку­вырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку» *(урок с использованием элементов исследовательской деятельности)* | 3 |
| 18-20 | Обучение прыж­кам со скамейки, кувырку вперед, лазанью. Разучивание игры «Перемена мест» | 3 |
| 21-23 | Обучение ла­занью по гимна­стической стен­ке, прыжкам с высоты. Совершенство­вание кувырков вперед | 3 |
| 24-26 | Совершенство­вание разучен­ных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Разви­тие силовых способностей *(урок с использованием элементов проектной деятельности)* | 3 |
| 27 | Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища за 1 минуту | 1 |
| **Легкая атлетика** | | 43 |
| 28-29 | Совершенство­вание строевых упражнений. Контроль двига­тельных качеств: скорость, бег 30 м | 2 |
| 30-31 | Обучение чел­ночному бегу, прыжку в длину с места. Контроль двигательных качеств: пры­жок в длину с места. Разучи­вание игры «Класс, смир­но!». Совершенствование основ­ных положений рук и ног | 2 |
| 32 | Обучение прыж­кам на одной, на двух ногах, наклону вперед из положения сидя. Контроль двигательных качеств: челноч­ный бег. 4х9, наклон вперед из положения сидя | 1 |
| 33-34 | Обучение пра­вилам бега. Контроль двига­тельных ка­честв: бег 6 минут. Разучивание игры «Дедушка и детки» *(урок с использованием ИКТ)* | 2 |
| 35-36 | Обучение чув­ству ритма в упражнениях и ходьбе. Разви­тие скоростносиловых качеств мышц ног (пры­гучесть) *(урок с использованием элементов проектной деятельности)* | 2 |
| 37 | Обучение чув­ству ритма в упражнениях и ходьбе. Разви­тие скоростносиловых качеств мышц ног (пры­гучесть) | 1 |
| 38-40 | Совершенство­вание передви­жения измене­нием направле­ния («змейкой»). Развитие ловко­сти в играх и эстафетах | 3 |
| 41-42 | Совершенство­вание разучен­ных ранее упражнений. Развитие скоро­стных качеств, ловкости, вни­мания | 2 |
| 43-45 | Обучение ловле баскетбольного мяча. Совер­шенствование ведения мяча | 3 |
| 46-48 | Обучение бро­ску и ловле тен­нисного мяча. Развитие скоростносиловых способностей | 3 |
| 49-52 | Обучение бро­ску и ловле тен­нисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега | 4 |
| 53-55 | Совершенство­вание бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков» | 3 |
| 56-58 | Обучение брос­ку теннисного мяча из-за голо­вы. Развитие выносливости в медленном беге | 3 |
| 59-60 | Совершенство­вание метания и ловли теннисного мяча. Раз­витие выносли­вости в медленном беге | 2 |
| 61-62 | Совершенство­вание броска и ловли теннис­ного мяча. Раз­витие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Ра­зучивание игры «День и ночь» *(урок с использованием элементов исследовательской деятельности)* | 2 |
| 63-64 | Совершенство­вание броска и ловли теннис­ного мяча. Раз­витие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание иг­ры «Охотники и утки | 2 |
| 65-66 | Контроль за развитием двигательных качеств: ловкость (челночный бег, гибкость) | 2 |
| 67-68 | Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание | 2 |
| 69 | Контроль за развитием двигательных качеств: скорость | 1 |
| 70 | Контроль за развитием двигательных качеств: шестиминутный бег | 1 |
| Подвижные и спортивные игры | | **27** |
| 71-73 | Обучение ловле и хвату теннис­ного мяча. Раз­витие координационных способностей | 3 |
| 74 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игр «За флажками», «Охотник и зайцы» | 1 |
| 75 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Белые медведи» *(урок с использованием элементов проектной деятельности)* | 1 |
| 76-77 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр | 2 |
| 78 | Разучивание игры «Море волнуется раз». Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством под­вижных игр | 1 |
| 79-81 | Разучивание игровых дейст­вий эстафет (броски, ловля, старт из поло­жения сидя). Развитие координационных способностей в эстафетах *(урок с использованием элементов исследовательской деятельности)* | 3 |
| 82-84 | Обучение игро­вым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств | 3 |
| 85-87 | Обучение прыж­кам через ска­калку, элементам ведения баскет­больного мяча | 3 |
| 88-89 | Обучение прыжкам через скакалку и ве­дению баскет­больного мяча. Разучивание игры «Попры­гунчики-воробышки» | 2 |
| 90-91 | Обучение веде­нию мяча. Со­вершенствова­ние прыжков через скакалку*(урок с использованием ИКТ)* | 2 |
| 92-93 | Разучивание игры «Удочка». Обучение перекатам назад, набок | 2 |
| 94-97 | Совершенствование игр «День и ночь», «Белые медведи», «Охотники и утки» | 4 |

**Календарно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема урока | Кол-во  часов | Элементы содержания  урока | Планируемые результаты обучения  (УУД) | Дата  проведения | | Коррек  тировка |
| план | факт |
| *1 четверть (24 часа)* | | | | | | | |
| 1 | Правила пове­дения в спортивном зале на уроке. Обучение построе­нию в шеренгу, колонну. Обучение понятиям «основная стой­ка», «смирно», «вольно»; положения рук и ног. Подвижная игра «Салки» | 1 | Как вести себя в спортивном зале? Цели: познакомить с правилами пове­дения в спортивном зале; учить слу­шать и выполнять команды | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планировать свои действия в соответст­вии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу | 03.09 |  |  |
| 2-3 | Обучение по­строению в ше­ренгу, в колон­ну. Обучение положению рук, ног. Игры: «Совушка», «За­прещенное дви­жение» | 2 | Что такое строй, шеренга? Какой должна быть спортивная форма? Цель: учить выполнять команды «Смирно!», «Равняйсь!», построение в колонну по одному | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 05.09;  07.09 |  |  |
| 4-5 | Совершенство­вание строевых упражнений. Контроль двига­тельных качеств: скорость, бег 30 м | 2 | Что такое колонна? Цели: повторить построение в шеренгу; учить по­строению в колонну | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дейст­вие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к обще­му решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 10.09;  12.09 |  |  |
| 6-7 | Обучение чел­ночному бегу, прыжку в длину с места. Контроль двигательных качеств: пры­жок в длину с места. Разучи­вание игры «Класс, смир­но!». Совершенствование основ­ных положений рук и ног | 2 | Что такое челноч­ный бег? Коррек­тировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? Цель: учить правильной технике бега и прыжкам в длину с места | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 14.09;  17.09 |  |  |
| 8 | Обучение прыж­кам на одной, на двух ногах, наклону вперед из положения сидя. Контроль двигательных качеств: челноч­ный бег. 4х9, наклон вперед из положения сидя | 1 | Как прыгать вверх на опору? Цель: учить выполнять легкоатлетические упражне­ния - прыжки на одной и двух ногах вверх и вниз, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце­нивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товари­щей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 19.09 |  |  |
| 9 | Совершенство­вание основных положений рук и ног. Контроль двигательных качеств: подтя­гивание, подни­мание туловища | 1 | Как стать вынос­ливым?  Цель: учить пра­вильно выполнять упражнения: под­нимание туловища из положения лежа, сгибание и разги­бание рук лежа | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:*допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнёра в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 21.09 |  |  |
| 10-11 | Обучение пра­вилам бега. Контроль двига­тельных ка­честв: бег 6 минут. Разучивание игры «Дедушка и детки» | 2 | Как корректировать технику бега? Цель: учить пра­вильной технике бега в медленном темпе и переходу на шаг | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дейст­вие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к обще­му решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 24.09;  26.09 |  |  |
| 12 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры «Бой петухов» | 1 | Роль физкультур­ной деятельности с общеразвивающей направлен­ностью.  Цель: учить вы­полнять игровые упражнения из под­вижных игр разной функциональной направленности | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце­нивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товари­щей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 28.09 |  |  |
| 13 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств по­средством подвижных игр. Разучивание игр «За флажками», «Охотник и зайцы» | 1 | Обшеразвивающие физкультурные упражнения. Цель: учить вы­полнять игро­вые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дейст­вие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к обще­му решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 01.10 |  |  |
| 14 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Белые медведи» | 1 | Обшеразвивающие физкультурные упражнения. Цель: учить вы­полнять игровые упражнения из подвижных игр разной функцио­нальной направ­ленности | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 03.10 |  |  |
| 15-16 | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр | 2 | Развитие координационных способностей. Цель: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упраж­нений | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 05.10;  08.10 |  |  |
| 17 | Разучивание игры «Море волнуется раз». Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством под­вижных игр | 1 | Развитие координационных способностей. Цель: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упраж­нений | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | 10.10 |  |  |
| 18-19 | Правила выпол­нения упражне­ний с мячом. Обучение пере­даче мяча, поня­тиям «эстафе­та», «соревнова­ние». Развитие координацион­ных качеств по­средством игр | 2 | Как правильно и точно выполнять передачу и прокат мяча?  Цель: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к обще­му решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 12.10;  15.10 |  |  |
| 20-22 | Совершенство­вание передачи мяча. Развитие координацион­ных способно­стей в игровых упражнениях | 3 | Передача мяча. Цель: совершенст­вовать координа­ционные способно­сти, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 17.10;  19.10;  22.10 |  |  |
| 23-24 | Обучение чув­ству ритма в упражнениях и ходьбе. Разви­тие скоростносиловых качеств мышц ног (пры­гучесть) | 2 | Соблюдение ритма при выполнении упражнений и ходьбе. Цель: учить вы­полнять упражне­ния по команде учителя и Доби­ваться правильного выполнения | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | 24.10;26.10 |  |  |
| *2 четверть (23 часа)* | | | | | | | |
| 25 | Обучение чув­ству ритма в упражнениях и ходьбе. Разви­тие скоростносиловых качеств мышц ног (пры­гучесть) | 1 | Соблюдение ритма при выполнении упражнений и ходьбе. Цель: учить вы­полнять упражне­ния по команде учителя и доби­ваться правильного выполнения | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | 07.11 |  |  |
| 26-28 | Совершенство­вание передви­жения измене­нием направле­ния («змейкой»). Развитие ловко­сти в играх и эстафетах | 3 | Какие команды нужно знать для соблюдения равно­весия в ходьбе и при преодолении препятствий? Цель: учить ходь­бе в равновесии | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и уче­та характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к обще­му решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 09.11;  12.11;  14.11 |  |  |
| 29-31 | Обучение ловле и хвату теннис­ного мяча. Раз­витие коорди­национных способностей | 3 | Как точно ловить теннисный мяч?  Цель: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин ус­пеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 16.11;19.11;21.11 |  |  |
| 32-34 | Разучивание игровых дейст­вий эстафет (броски, ловля, старт из поло­жения сидя). Развитие координационных способностей в эстафетах | 3 | Как правильно передать и принять эстафету? Цель: выполнять командные дейст­вия в эстафете для закрепления учеб­ного материала | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативны*: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 23.11;26.11;28.11 |  |  |
| 35-37 | Разучивание новых эстафет. Развитие гибкости, ловкости | 3 | Как развивать гиб­кость тела? Цель: учить выполнять упражне­ния на растяжку мышц в разных положениях | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре­зультат действия.  *Регулятивные*: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуа­ции столкновения интересов.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности | 30.11;03.12;05.12 |  |  |
| 38-40 | Обучение игро­вым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств | 3 | Скоростные и си­ловые качества. Цель: выполнять новые игровые движения | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | 07.12;  10.12;12.12; |  |  |
| 41-  42 | Совершенство­вание разучен­ных ранее упражнений. Развитие скоро­стных качеств, ловкости, вни­мания | 2 | Каковы правила переползания, подлезания, пере­катов? Цель: закрепить навыки в упражне­ниях | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 14.12;17.12 |  |  |
| 43-44 | Обучение хва­там и передачам большого баскетбольного мя­ча. Разучивание комплекса ОРУ (общеразвивающих упражне­ний) типа заряд­ки. Развитие ловкости, скоростных качеств | 2 | Каковы правила передачи большого баскетбольного мяча?  Цель: учить хва­там и передачам большого баскет­больного мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 19.12;21.12; |  |  |
| 45-47 | Обучение прыж­кам через ска­калку, элементам ведения баскет­больного мяча | 3 | Какова этапность при обучении прыжкам со скакалкой?  Цель: учить выпол­нять прыжки со скакалкой (вращение скакал­ки, перемах с перешагиванием и прыжком) | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы.  *Регулятивные:* используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и рас­крывают внутреннюю позицию школьника | 24.12;26.12;28.12 |  |  |
| *3 четверть (28 часов)* | | | | | | | |
| 48-49 | Обучение прыжкам через скакалку и ве­дению баскет­больного мяча. Разучивание игры «Попры­гунчики-воробышки» | 2 | Прыжки через скакалку, ведение большого мяча. Цель: учить прыж­кам со скакалкой, ведению баскет­больного мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные*: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | 09.01;11.01 |  |  |
| 50-51 | Обучение веде­нию мяча. Со­вершенствова­ние прыжков через скакалку | 2 | Ведение мяча, прыжки через ска­калку.  Цель: учить веде­нию большого мя­ча, прыжкам через скакалку | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 14.01;16.01 |  |  |
| 52-54 | Обучение ловле баскетбольного мяча. Совер­шенствование ведения мяча | 3 | Правила ловли  баскетбольного  мяча.  Цель: учить пра­вильно ставить ру­ки при ловле мяча | *Познавательные*: используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 18.01;21.01;23.01 |  |  |
| 55-56 | Разучивание игры «Удочка». Обучение перекатам назад, набок | 2 | Как выполнять перекаты? Что такое группировка? Цель: учить вы­полнять перекаты в группировке из упора стоя на коленях, выполнять игровые упражнения | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы.  *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и рас­крывают внутреннюю позицию школьника | 25.01;28.01 |  |  |
| 57-59 | Обучение ку­вырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку» | 3 | Как выполнять ку­вырок вперед? Цель: учить тех­нике выполнения кувырка вперед | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | 30.01;01.02;04.02 |  |  |
| 60-62 | Обучение прыж­кам со скамейки, кувырку вперед, лазанью. Разу­чивание игры «Перемена мест» | 3 | Организационные приемы прыжков. Цель: учить вы­полнять легкоатле­тические упражне­ния - прыжки вниз с опоры, соблюдать правила безопас­ности при призем­лении | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 06.02;08.02;18.02 |  |  |
| 63-65 | Обучение ла­занью по гимна­стической стен­ке, прыжкам с высоты. Совершенство­вание кувырков вперед | 3 | Организационные приемы лазанья по гимнастической стенке.  Цели: учить лаза­нью по гимнасти­ческой стенке; со­вершенствовать кувырки вперед | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 20.02;22.02;25.02 |  |  |
| 66-68 | Совершенство­вание разучен­ных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Разви­тие силовых способностей | 3 | Акробатические элементы. Цель: учить вы­полнять гимнастические упражнения на гимнастической стенке | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори­ентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и рас­крывают внутреннюю позицию школьника | 27.02;01.03;04.03 |  |  |
| 69-71 | Обучение бро­ску и ловле тен­нисного мяча. Развитие скоростносиловых способностей | 3 | Как совершенство­вать метание и ловлю теннисно­го мяча?  Цель: учить пра­вильно ставить руку при метании мяча в цель | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и само­контроль результата | 06.03;11.03;13.03 |  |  |
| 72-75 | Обучение бро­ску и ловле тен­нисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега | 4 | Как совершенство­вать метание и ловлю теннисно­го мяча? Цели: учить ме­тать мяч; закреп­лять навык метания мяча и правильной ловли | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 15.03;18.03;20.03;22.03 |  |  |
| *4 четверть (24 часа)* | | | | | | | |
| 76-78 | Совершенство­вание бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков» | 3 | Как развивать вы­носливость и быстроту? Цель: учить быст­рому движению при броске малого мяча и ловле в те­чение 10 секунд (в парах), выпол­нять разминочный бег в медленном темпе до 2 минут | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 03.04;05.04;08.04 |  |  |
| 79-81 | Обучение брос­ку теннисного мяча из-за голо­вы. Развитие выносливости в медленном беге | 3 | Как развивать выносливость при медленном беге?  Цель: учить быст­рому движению при броске малого мяча из-за головы, выполнять разми­ночный бег в медленном темпе | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори­ентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с по­ставленной задачей и условиями ее реализации; исполь­зуют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и рас­крывают внутреннюю позицию школьника | 10.04;12.04;15.04 |  |  |
| 82-83 | Совершенство­вание метания и ловли теннисного мяча. Раз­витие выносли­вости в медленном беге | 2 | Как метать теннис­ный мяч из-за го­ловы?  Цель: учить быст­рому движению при броске малого мяча из-за головы, выполнять разминочный бег в медленном темпе | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражне­ниями.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | 17.04;19.04 |  |  |
| 84-85 | Совершенство­вание броска и ловли теннис­ного мяча. Раз­витие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Ра­зучивание игры «День и ночь» | 2 | Как совершенст­вовать метание и ловлю теннис­ного мяча? Цели: учить ме­тать мяч; закреп­лять навык метания мяча и правильной ловли | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | 22.04;24.04 |  |  |
| 86-87 | Совершенство­вание броска и ловли теннис­ного мяча. Раз­витие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание иг­ры «Охотники и утки | 2 | Как развивать выносливость и быстроту? Цели: учить быст­рому движению при броске малого мяча; развивать двигательные каче­ства, выносли­вость, быстроту при проведении подвижных игр | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 26.04;29.04 |  |  |
| 88-  89 | Контроль за развитием двигательных качеств:  Ловкость (челночный бег,  гибкость) | 2 | Как контролировать развитие двигательных качеств?  Цель: учить выполнять челночный бег, наклоны в положении сидя | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы: ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа  решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | 03.05;06.05 |  |  |
| 90-  91 | Контроль за развитием двигательных качеств:  прыжок в длину  с места, подтягивание | 2 | Как вести контроль  за развитием двигательных качеств?  Цель: учить правильно выполнять прыжок с места, прямой хват при  подтягивании | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями.  *Регулятивные*: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | 08.05;10.05 |  |  |
| 92 | Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища  за 1 минуту | 1 | Правила выполнения упражнения (наклоны вперед из положения лежа).  Цель: учить поднимать туловище из положения лежа на быстроту | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные*: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные*: раскрывают внутреннюю позицию школьника | 13.05 |  |  |
| 93 | Контроль за развитием двигательных качеств: скорость | 1 | Как работать над  распределением  сил на дистанции?  Цель: учить бегу  в равномерном  темпе и с ускорением | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку  учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успе­ха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль ре­зультата | 15.05 |  |  |
| 94 | Контроль за развитием двигательных качеств: шестиминутный бег | 1 | Как работать над  распределением  сил на дистанции?  Цель: учить бегу  в равномерном  темпе в течение  6 минут | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют  установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.  *Личностные:* принимают образ «хороший ученик» и рас­крывают внутреннюю позицию школьника | 17.05 |  |  |
| 95-  97 | Совершенствование игр «День и ночь», «Белые  медведи», «Охотники и утки» | 3 | Как использовать  полученные навыки в процессе обучения?  Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двига­тельных качеств | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют  физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво­его действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | 20.05;22.05;  24.05 |  |  |
| 98-99 | Резервные уроки | 2 |  |  |  |  |  |

**Информационно-методическое обеспечение**

**Учебно-методический комплект**

1. Физическая культура: 1-2 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана-Граф, 2011

**Литература для учителя**

1. Сборник программ к комплекту учебников «Начальная школа XXI века». - М.: Вентана-Граф,2009.
2. Петрова, Т. В. Физическая культура. 1-2 классы : учебник для учащихся общеобразова­тельных учреждений / Т. В. Петрова и [др.]. - М. : Вентана-Граф, 2012.
3. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. Ч. 2. - 4-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2011. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).
4. Физическая культура. 2-4 классы : уроки двигательной активности / авт.-сост. Е. М. Елиза­рова. - Волгоград : Учитель, 2011.

**Литература для обучающихся**

1. Википедия : свободная энциклопедия. - Режим доступа : <http://ru.wikipedia.org/wiki>

Интернет-ресурсы.

1. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : <http://festival>. 1 [september.ru/](http://september.ru/) articles/576894
2. Учительский портал. -Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-l-0-1351>1 К уроку, ш. -Режим доступа : <http://www.k-yroky.ru/load/71-l-0-6958>
3. Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>Pedsovet. Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>
4. Ргошколу. Ru. - Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru>Педсовет, org. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>