**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«Физическая культура»**

**(базовый уровень)**

 **2 класс**

**Аннотация**

 Данная рабочая программа разработана в со­ответствии с основными положениями Федераль­ного государственного образовательного стандарта начального общего образования, основана на про­грамме по предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1—4 классы» (М: Просвещение).

**Общая характеристика предмета**

 Физическая культура — это обязательный учеб­ный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» являет­ся основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физ­культурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, по­движные игры), внеклассной работой по физиче­ской культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными меро­приятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.) — достигается формирование фи­зической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических заня­тиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной дея­тельности, разностороннюю физическую подготов­ленность.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяю­щая урочные, внеурочные формы занятий физиче­скими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскры­тия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

***Цель обучения*** - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и ор­ганизации активного отдыха.

***Задачи обучения:***

- укрепление здоровья, улучшение осанки, про­филактика плоскостопия, содействие гармо­ничному физическому, нравственному и со­циальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений само­регуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных (точность воспро­изведения и дифференцирование простран­ственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точ­ность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно- силовые, выносливость, гибкость) способно­стей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;-

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к опре­деленным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброже­лательного отношения к товарищам, честно­сти, отзывчивости, смелости во время выпол­нения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (восприя­тие и представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Общая характеристика курса**

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

Важнейшим требованием проведения современ­ного урока по физической культуре является обес­печение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подго­товленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Россий­ской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения основ­ной образовательной программы начального общего образования, представленной в Феде­ральном государственном стандарте;

- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

- Федеральном законе «Об образовании»;

- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;

- Стратегии национальной безопасности Рос­сийской Федерации до 2020 г.;

- примерной программе начального общего об­разования;

- приказе Минобрнауки РФ от 30 августа 2010 г. № 889.

Уровень изучения учебного материала в данной программе: **базовый.**

**УМК** **учителя:** В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2010 г.

**УМК обучающегося:**

1. Мой друг - физкультура. 1-4 классы, под ред. В. И. Ляха – М. «Просвещение», 2010.

**Описание места учебного предмета «Физическая культура» в базисном учебном плане**

 На курс «Физическая культура» во 2 классе от­водится 102 ч (3 ч/нед.). Третий час на преподава­ние учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки РФ от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» ис­пользовать на увеличение двигательной активно­сти и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического вос­питания».

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

 В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального го­сударственного образовательного стандарта (приказ Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373) данная рабочая программа для 2 класса направлена на до­стижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

***Личностные результаты:***

- формирование чувства гордости за свою Ро­дину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной при­надлежности;

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;

- развитие мотивов учебной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;

- развитие этических чувств, доброжелательно­сти 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 ее осуществления;

- формирование умений планировать, контро­лировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и усло­виями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результа­та, общие цели и пути их достижения, дого­вариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять вза­имный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, готовности кон­структивно разрешать конфликты посредст­вом учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущ­ности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предме­та, базовыми предметными и межпредметны­ми 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 ее позитив­ном влиянии на развитие человека (физи­ческое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здо­ровье как факторах успешной учебы и социа­лизации;

- овладение умением организовывать здороьесберегающую жизнедеятельность (оздо­ровительные мероприятия, подвижные игры ит. д.);

формирование навыка систематического на­блюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, коор­динация движений, гибкость).

**Содержание курса**

 К концу учебного года **учащиеся научатся:**

***по разделу «Знания о физической культуре»*** — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физи­ческие качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердеч­ных сокращений и как ее измерять, как ока­зывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;

***по разделу «Гимнастика с элементами акроба­тики»*** — строиться в шеренгу и колонну, вы­полнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтя­гиваться из виса лежа согнувшись, выпол­нять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на пе­рекладине, вис согнувшись и вис прогнув­шись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, ска­калками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упраж­нения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;

***по разделу «Легкая атлетика»*** — технике высо­кого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челноч­ный бег 3 х Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнасти­ческую палку ногой, преодолевать полосу пре­пятствий, выполнять прыжок в высоту с пря­мого разбега, прыжок в высоту спиной вперед, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км; по разделу «Лыжная подготовка» — передви­гаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, вы­полнять повороты переступанием на лыжах с палками и без них, торможение падением, проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, обго­нять друг друга, подниматься на склон «по­луелочкой», «елочкой», а также спускаться в основной стойке, передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»;

***по разделу «Подвижные игры»*** — играть в по­движные игры: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с рези­новыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай бы­стрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Выши­балы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Лов­ля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшеб­ные елочки», «Белочка-защитница», «Горя­чая линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хопах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи — вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и лов­лю мяча различными способами, через во­лейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике веде­ния мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

**Распределение учебных часов по разделам программы**

Количество часов, отводимых на изучение каж­дой темы, и количество контрольных работ по дан­ной теме приведено в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Кол-во часов | Кол-во |
| Тема | контроль­ных работ |
| Знания о физической культуре | 4 | 1 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 31 | 8 |
| Легкая атлетика | 28 | 12 |
| Лыжная подготовка | 12 | 1 |
| Подвижные игры | 27 | 3 |
| **Общее количество часов** | 102 | 25 |

**Календарно-тематическое планирование 2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Дата проведения** | **Тип урока** | **Решаемые проблемы** | **Элементы содержания** | **Планируемые результаты** |
| **план** | **факт** | **Предметные** | **УУД** | **Личностные** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **Знания о физической культуре (1 час)** |
| 1. | Организационно-методические указания | 1нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение построе­ния в колонну и ше­ренгу, ознакомление с органи-зационно-ме­тодиче-скими требо­ваниями, проведение подвижных игр «Ло- вишка» и «Салки с до­миками» | Понятия «шеренга» и «колонна», орга- низационно-методичес-кие указания, подвижные игры «Ловишка» и «Салки с домиками» | Дифференци­ровать понятия «шеренга» и «колонна», стро-иться в колонну в движении, выпол-нять организаци-он­ные требова­ния на уроках физкуль-туры, играть в по­движные игры «Ловишка» и «Салки с домиками | ***Коммуникативные****:* работать в группе, уста-навливать рабочие отношения.***Регулятивные:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному правилу, находить не-обходимую информацию***Познавательные:*** объяснять, для чего нуж-но построение и пе­ре-строение, как оно выпол-няется, что необходимо для успешного проведе-ния уроков физкультуры | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости |
| **Легкая атлетика (5часов)** |
| 2. | Тестиро-вание бега на 30 м с высокого старта | 1нед.сент. |  | Конт-роль-ный урок | Разучивание беговой раз-минки, тест бега на 30 м, прове­дение игры «Ловишка», разучива­ние игры «Салки — дай руку» | Беговая разминка, тестирование бега на 30 м с высокого старта, игры «Ловишка» и «Салки — дай руку» | Выполнять беговую раз­минку, знать правила те­стирования бега на 30 м, играть в игры «Ловишка» и «Салки — дай руку» | ***К:*** сохранять доброжела-тельное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.; ***Р****:* адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***П:*** расска-зывать правила тестиро-вания и правила игр «Ловишка», «Сал­ки» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочув-ствия другим людям, само-стоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои поступки на основе пред-ставлений о нравственных нормах. |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 3. | Техника челночно­го бега | 1нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки в движении, повторе­ние техники чел-ноч­ного бега, проведение игры «Пре­рванные пятнашки», повторение игры «Салки — дай руку» | Разминка в движении, техника челночного бега, подвижные игры «Прерванные пят­нашки», «Салки - дай руку» | Выполнять разминку в движении, знать технику выполнения челночного бега, играть в подвиж­ные игры «Прерванные пятнашки» и «Салки - дай руку» | ***К.****:* сотрудничать со сверстниками, слушать и слы­шать друг друга. ***Р.:*** самостоятельно формулировать познавательные цели.***П.:*** рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила прове­дения подвижных игр «Прерван­ные пятнашки» и «Салки — дай руку» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, добро­желательности и эмоцио­нально-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| 4. | Тести­рование челноч­ного бега 3х10м | 2нед.сент. |  | Конт-роль-ный урок | Повторение разминки в движении, тестиро­вание челночного бега 3х10 мс высокого старта, повторение подвижной игры «Кол- дунчики» | Разминка в движении, тестирование челноч­ного бега 3 х 10 мс высокого старта, подвижная игра «Кол­дунчики» | Знать правилатестированиячелночного 3х10 м, правила по­движной игры «Колдунчики» | ***К.:*** сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***П.:*** рассказывать правила тестирования челночного бега 3 х 10 м и правила подвижной игры «Колдунчики» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ствен-ной отзывчиво­сти, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной, ответственности |
| 5. | Техника метания мешочка на даль­ность | 2нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки с мешочками, повторе­ние техники  | Разминка с мешочка­ми, техника метания мешочка на  | Знать технику метания ме­шочка на даль­ность, выпол­нять разминку с  | ***К.:*** устанавливать рабо-чие отношения, эффетив-но сотрудничать и спо-собствовать продуктив-ной кооперации. ***Р.:*** осо-знавать самого себя как | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | метания мешочка на дальность, повторение подвиж­ных игр «Бросай дале­ко, со-бирай быст-рее», Колдун-чики» | даль­ность, подвижные игры «Бросай далеко, собирай быстрее», «Колдунчики» | мешочками, понимать пра­вила подвиж­ных игр «Бро­сай далеко, собирай быст­рее» и «Кол­дунчики» | движущую силу сво­его научения, свою способ-ность к преодолению препятствий и самокор-рекции. ***П.:*** рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила игр «Бросай далеко, собирай быстрее» и «Колдунчики | обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сочувствия другим лю­дям, развитие самостоя­тельности и ответствен­ности за свои поступки |
| 6. | Тести­рование метания мешочка на даль­ность | 2нед.сент. |  | Конт­роль-ный урок | Повторение разминки с мешочками, тести­рование метания ме­шочка на дальность, проведение подвижной игры «Хвостики» | Разминка с мешоч­ками, тестирование метания мешочка на дальность, подвиж­ная игра «Хвостики» | Знать правила тестирования метания ме­шочка на даль­ность, выпол­нять разминку с мешочками, понимать правила по­движной игры «Хвостики» | ***К.:*** сохранять доброже-лательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. ***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***П.:*** расска-зывать правила тести-рования метания мешочка на дальность и правила подвижной игры «Хвостики» | Развитие этических чувств, доброжелательно­сти и эмоциональнонрав- ственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотруд­ничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды их спорных ситуаций |
| Гимнастика с элементами акробатики **(1 час)** |
| 7. | Упраж­нения на коор­динацию движений | 3нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание размин­ки, направлен-ной на развитие координации движений, разучивание метания | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, метание гимнасти­ческой палки ногой, | Выполнять метание гим­настической палки ногой на дальность, разминку, на­правленную на развитие координации дви-жений, по­нимать | ***К.:*** с достаточной пол-нотой и точностью выра-жать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуника-ции. ***Р.:*** осознавать само-го себя как движущую силу своего научения, свою способность к пре­ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла уче­ния, принятие и освоение социальной роли обучаю­щегося, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | гимнастиче-ской пал­ки ногой, проведение подвижной игры «Ко­мандные хвостики» | подвижная игра «Ко­мандные хвостики» | прави­ла подвижной игры «Команд­ные хвостики» | одолению препятствий и самокор­рекции, адекват-но оценивать свои дейст-вия и действия партне-ров. ***П.:*** рассказывать и показывать технику вы-полнения метания гим-настической палки но-гой, правила - игры «Командные хвостики» | ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| **Знания о физической культуре (1 час)** |
| 8. | Физиче­ские ка­чества | 3нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение разминки, направлен-ной на раз­витие коор-динации движений,знакомство с понятия­ми, обозначающими физиче-ские качест-ва, проведение игры «Ко­мандные хвостики» | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, физические качества, метание гимнасти­ческой палки ногой, подвижная игра «Ко­мандные хвостики» | Называть физические качества, выполнять метание гим­настической палки ногой на дальность, разминку, на­правленную на развитие координации движений, знать правила подвижной игры «Команд­ные хвостики» | ***К.:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуника-ции. ***Р.:*** осознавать са-мого себя как движущую силу сво­его научения, свою способность к преодолению препятст-вий и самокоррекции, адекватно оце­нивать свои действия и действия партнеров.***П.:*** расска-зывать о физических качествах и о тех­нике выполнения метания гим­настической палки ногой, играть в игру «Командные хвостики» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, "принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций, формирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **Легкая атлетика (3 часа)** |
| 9. | Техника прыжка в длину с разбега | 3нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание разминки в движении, повторе­ние понятий, обозна­чающих физические качества, разучивание техники прыжка в дли­ну с разбега, разучива­ние подвижной игры «Флаг на башне» | Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, по­движная игра «Флаг на башне» | Называть физические качества, вы­полнять пры­жок в длину с разбега, раз­минку в движе­нии, понимать правила по­движной игры «Флаг на баш­не» | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать ра-бочие отношения. ***Р.:*** оп-ределять новый уровень отношения к самому се-бе как к субъекту дея-тельности, проектиро-вать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. ***П.:*** рассказывать о физиче-ских качествах, выпол­нять прыжок в длину с разбега, играть в игру «Флаг на башне» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, добро­желательности и эмоцио­нально-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 10. | Прыжок в длину с разбега | 4нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Проведение разминки в движении, проверка знаний о физических качествах, повторение техники прыжка в дли­ну с разбега,  | Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, по­движная игра «Флаг на башне» | Называть физические качества, вы­полнять пры­жок в длину с разбега, раз­минку в движе­нии, понимать правила по­движной игры «Флаг на баш­не» | **К.:** слушать и слы­шать друг друга, представлять кон­кретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. **Р.:** определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектиро-вать траектории развития через включение в  | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие социальной роли об­учающегося, развитие этических чувств, добро­желательности и эмоцио­нально-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | повторе­ние подвижной игры «Флаг на башне» |  |  | новые виды деятельности и формы сотрудни­чества. **П.**: рассказывать о физических качествах, выпол­нять прыжок в длину с разбега, играть в игру «Флаг на башне» | сверстниками, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 11. | Прыжок в длину с разбега на резуль­тат | 4нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание разминки в движении, выполне­ние прыжка в длину с разбега на результат, проведение подвиж­ных игр «Салки» и «Флаг на башне» | Разминка в движении, прыжок в длину с раз­бега на результат, по­движные игры «Сал­ки» и «Флаг на башне» | Выполнять прыжок в дли­ну с разбега на результат, знать правила подвижных игр «Салки» и «Флаг на башне» | ***К.:*** представлять конк-ретное содержание и сооб­щать его в устной форме, сотруд­ничать со сверстниками и взрослы-ми. ***Р.:*** видеть указанную ошибку и исправлять ее по указа­нию взрослого, сохранять задан­ную цель. ***П.:*** рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила игры «Флаг на башне» | Принятие и освоение социальной роли об­учающегося, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочув­ствия другим людям, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установ­ки на безопасный образ жизни |
| **Подвижные игры (1час)** |
| 12 | Подвиж­ные игры | 4нед.сент. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Повторение разминки в движении, совер­шенствова-ние техни­ки прыжка в длину с разбега на результат,  | Разминка в движении, прыжок в длину с раз­бега на результат, по­движные игры по же­ланию учеников | Выполнять прыжок в дли­ну с разбега на результат, договариваться и выбирать по­движные игры для совместной игры | ***К.:*** организовы­вать и осуществлять совмест-ную деятельность, обос-новывать свою точку зрения и доказывать соб­ственное мнение, уважать иное мнение. ***Р.:*** использовать сред­ства саморегуляции, сотруд-ничать в совместном  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | проведение подвиж­ных игр по желанию учеников |  |  | решении задач. ***П.:*** выпол-нять пры­жок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и иг­рать в них |  |
| **Легкая атлетика (1час)** |
| 13. | Тестиро­вание ме­тания ма­лого мяча на точ­ность | 1нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки с малыми мячами, тес-тирование метания ма-лого мяча на точ­ность, ра-зучивание игры «Без­домный заяц» | Разминка с малыми мячами, тестирование метания малого мяча на точность, подвиж­ная игра «Бездомный заяц» | Выполнять разминку с ма­лыми мячами, знать правила тестирования метания мало­го мяча на точ­ность, правила подвижной игры «Бездом­ный заяц» | ***К.:*** сохранять доброже-лательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и свер-стников. ***П.:*** рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность, прави­ла подвижной игры «Бездомный заяц» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально-нравствен-ной от­зывчивости, сочув-ствия другим людям, раз-витие навыков сотрудни-чества со сверстниками и взрос­лыми в разных соци-аль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| Гимнастика с элементами акробатики (2 часа) |
| 14. | Тестирова­ние накло­на вперед из положе­ния стоя | 1нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки, направлен-ной на раз-витие гиб-кости, тест наклона впе-ред из поло-жения стоя, повторение игры «Без­домный заяц» | Разминка, направлен-ная на развитие гибкости, тес-тирова­ние наклона вперед из положения стоя, игра «Без­домный заяц» | Выполнять разминку, на­правленную на развитие гибкости, знать правила тести­рования накло­на вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Бездом­ный заяц» | ***К.:*** сохранять доб­рожелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***П.:*** проходить тести­рование наклона вперед из поло- жения стоя, играть в подвижную игру «Бездомный заяц» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 15. | Тестирование подъема туловища из положе-ния лежа за 30 с | 1нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Повторение разминки в движении, направлен-ной на раз-витие гиб-кости, тест подъема ту-ловища, про-ведение «Вышибалы | Разминка, направлен-ная на развитие гибкости,тест подъема туловища из положения лежа за 30 с, игра «Вы-шибалы» | Выполнять разминку, на­правленную на развитие гибкости, знать правила тести­рования подъе­ма туловища, правила по­движной игры «Вышибалы» | ***К.:*** сохранять доброже-лательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и свер-стников. ***П.:*** проходить тести­рование подъема туловища из по­ложения лежа, играть в подвиж­ную игру «Вышибалы» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравст-венной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельнос-ти и личной ответствен-ности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, со-циальной справедливости  |
| **Легкая атлетика (1час)** |
| 16. | Тестирование прыжка в длину с места | 2нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки направлен-ной на раз-витие коор-динации движений, тест прыжка в длину с места | Размин­ки направлен-ная на развитие координации движений, тест прыжка в длину с места, игра «Волк во рву» | Выполнять раз-минку, направлен-ную на развитие координации дви-жений, знать пра-вила теста прыжка в дли­ну с места, по­нимать прави­ла игры «Волк во рву» | ***К.:*** сохранять дорожела-тельное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. ***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. ***П.:*** прохо-дить тест прыжка в длину с места, играть в игру «Волк во рву» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочув-ствия другим людям, раз-витие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирова­ние установки на здоровый образ жизни |
| Гимнастика с элементами акробатики (2 часа) |
| 17. | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа сог-нувшись | 2нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Повторение размин­ки направлен-ной на раз-витие коор-динации движений, тест подтягиваний | Размин­ки направленная на развитие координации движений,тест подтя-гиваний лежа согнувшись, игра | Выполнять раз-минку, направлен-ную на развитие координации дви-жений, знать пра-вила теста подтя-гивания на низкой перекладине из виса лежа согнув- | ***К.:*** сохранять доброже-лательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и свер-стников. ***П.:*** проходить тест подтягивания на низкой перекладине из | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | повторение игры «Вышибалы |  «Вышибала» | шись, правила по­движной игры «Вышибалы» | виса лежа согнув­шись, играть в подвижную игру «Вышибалы» | ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| 18. | Тестиро­вание виса на время | 2нед.октяб. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки у гимнастической стенки, тест виса на время, разучи­вание под-вижной игры «Ловля обезьян» | Разминка у гимнасти­ческой стенки, тест виса на вре­мя, подвижная игра «Ловля обезьян» | Выполнять разминку у гимнастиче­ской стенки, знать правила тестирования виса на время, правила по­движной игры «Ловля обезь­ян» | ***К.:*** сохранять доброжела-тельное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** адекватно понимать оценку взрослого и свер-стников. ***П.:*** проходить те­стирование виса на время, играть в игру «Ловля обезьян» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочувст-вия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе социальной справедливости и свободе |
| **Подвижные игры** (1час) |
| 19. | Подвиж­ная игра «Кот и мыши» | 3нед.октяб. |  | Комби­ниро-ван­ный | Проведение размин­ки у гимнастической стенки, разучивание упражнений в подлезании, разучивание подвижной игры «Кот и мыши» | Разминка у гимнасти­ческой стенки, упраж­нения в подлезании, подвижная игра «Кот и мыши» | Выполнять разминку у гимнастиче­ской стенки, знать правила тестирования виса на время, правила по­движной игры «Ловля обезь­ян» | ***К.:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб­щать его в устной форме, с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации .***Р.***  самостоятельно формулировать познава-тельные цели, сохранять заданную цель. ***П.:*** выполнять под лезания, играть в игру «Кот и мыши» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Знания о физической культуре (1час) |
| 20. | Режим дня | 3нед.октяб. |  | Комбиниро-ван­ный | Знакомство с режимом дня, разучивание раз­минки с малыми мяча­ми, повторение упраж­нений в подлеза-нии, повто-рение подвижной игры «Кот и мыши» | Режим дня, разминка с малыми мячами, уп­ражнения в подлеза­нии, подвижная игра «Кот и мыши» | Знать, что такое режим дня, выполнять разминку с ма­лыми мячами, упражнения в подлезании, знать правила подвижной игры «Кот и мыши» | ***К.:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб­щать его в устной форме, с доста­точной полнотой и точностью вы­ражать свои мысли в соответствии с за-дачами и условиями ком-муни­кации.***Р.:*** самостоя-тельно формулировать по-знавательные цели, сохра-нять заданную цель. ***П.:*** рассказывать о режимедня, подлезать под препя-тствие, играть в игру «Кот и мыши» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| **Подвижные игры (3часа)** |
| 21. | Ловля и броски мяча в па­рах | 3нед.октяб. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение размин­ки с малыми мя-чами, разу-чивание бросков и ловли ма-лого мяча в парах, разу-чивание игры «Сал­ки с резиновы-ми кру­жочками» | Разминка с малыми мячами, броски и лов­ля малого мяча в па­рах, подвижная игра «Салки с резиновы-ми кружоч-ками» | Выполнять разминку с ма­лыми мячами, знать, как выполняются броски и ловля малого мяча в парах, прави ла подвижной игры «Салки с резиновыми кружочками» | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коре-кция, оценка действий парт­нера, умение убеж-дать). ***Р.:*** адекватно оце-ни­вать свои действия и действия партнера. ***П.:*** повторить уп­ражнения с малым мячом, играть в игру «Салки с рези­новыми кружочками» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстникамии взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 22. | Подвиж­ная игра «Осада города» | 4нед.октяб. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки с мячами в парах, со­вершенство-вание тех­ники ловли и бросков мяча в парах, проведе­ние подвижной игры «Осада города» | Разминка с мячами в парах, ловля и брос­ки мяча в парах, по­движная игра «Осада города» | Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ловля и броски мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города» | ***К.:*** использовать адекват-ные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыс­лей, по-буждений и иных состав­-ляющих внутреннего мира ***Р.:*** самостоятельно форму-лировать познавательные цели, контролировать про-цесс и оценивать резуль-тат своей деятельности. ***П.:*** выполнять брос­ки и ловлю мяча в парах, иг-рать в игру «Осада города | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоциональ­но-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответ­ственности за свои по­ступки |
| 23. | Броски и ловля мяча в па­рах | 4нед.октяб. |  | Репро­дуктив­ный | Повторение разминки с мячами в парах, со­вершенствование тех­ники ловли и бросков мяча в парах, проведе­ние подвижной игры «Осада города» | Разминка с мячами в парах, ловля и брос­ки мяча в парах, по­движная игра «Осада города» | Выполнять разминку с мя­чами в парах, знать, как выполняется ловля и броски мяча в парах, правила по­движной игры «Осада города» | ***К.:*** сотрудничать в ходе работы в парах, устанав-ли­вать рабочие отноше-ния, пред­ставлять конк-ретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р.:*** определять новый уровень отноше-ния к самому себе как субъекту деятельности, осу­ществлять саморегу-ляцию и ре­флексию деятельности. ***П.:*** вы-полнять уп­ражнения с мячом в парах, играть в игру «Осада города» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоциональ­но-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Знания о физической культуре (1час) |
| 24. | Частота сердечных сокра­щений, способы ее измере­ния | 4нед.октяб. |  | Комби­ниро-ван­ный | Знакомство со спосо­бами измерения часто­ты сердечных сокра­щений, разучивание разминки с мячами, со-вершенство-вание техники ведения мяча, разучивание игры «Салки с резиновыми кольцами» | Частота сердечных сокращений и спо­собы ее измерения, разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра «Салки с резиновы-ми кольца-ми» | Знать, что такое частота сердечных сокращений и способы ее измерения, выполнять раз­минку с мяча­ми, знать тех­нику ведения мяча и правила подвижной игры «Салки с резиновыми кольцами» | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать ра­бочие отношения, добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов. ***Р.:*** контроли-ровать процесс и оцени-вать результат своей дея-тельности, видеть указан-ную ошибку и исправ-лять ее, сохранять заданную цель. ***П.:*** рас-сказывать о частоте сер-дечных сокраще­ний, знать способы ее измерения, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Салки с рези­новыми кольцами» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| Подвижные игры (3часа) |
| 25. | Ведение мяча | 1нед.нояб. |  | Комби­нирован­ный урок | Повторение разминки с мячами, совершенствование техники веде-ния мяча, прове­дение игры «Ночная охота» | Разминка с мячами, техника ведения мяча, подвижная игра«Ноч­ная охота» | Выполнять разминку с мячами, знать технику ведения мяча и правила по­движной игры «Ночная охота» | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации. ***Р.:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ствен-ной отзывчивости, формиро-вание установ­ки на безопас-ный образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | ука­занную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. ***П.:*** выполнять веде­ние мяча в изменяющихся условиях, играть в подвижную игру «Ночная охота» |  |
| 26. | Упражне­ния с мя­чом | 1нед.нояб. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Знакомство с днев­ником самоконтро-ля, разучива-ние размин-ки с мячами в движении, выполнение упражне­ний с мячом, повторе­ние подвижной игры «Ночная охота» | Дневник самоконтро­ля, разминка с мячами в движении, упраж­нения с мячом, по­движная игра «Ночная охота» | Знать, что та­кое дневник самоконтроля, выполнять раз­минку с мяча­ми в движении, упражнения с мячом, знать правила по­движной игры «Ночная охота» | ***К.:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб-щать его в устной форме, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с гра-мматическими и синтакси-че­скими нормами родного языка. ***Р.:*** контролировать процесс и оценивать ре-зультат своей деятельнос-ти, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. ***П.:*** заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, иг-рать в игру Ночная охота» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, 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 |
| 27. | Подвиж­ные игры | 1нед.нояб. |  | Репро­дуктив­ный урок | Повторение разминки с мячами в движении, повторение упражне­ний с мячом, прове­- | Разминка с мячами в движении, упраж­нения с мячом, 1—2 подвижные игры | Выполнять разминку с мя­чами, упраж­нения с мячом, знать правила выбранных по­движных игр | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации, сотруд- | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со умение не созда­вать конфликты и нахо­дить сверстниками |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | дение 1 —2 подвижных игр по желанию уче­ников |  |  | ничать в ходе индивиду-аль­ной и групповой работы. ***Р.:*** владеть средствами саморегу-ляции эмоциональных и функциональных состо-яний. ***П.:*** выполнять уп­ражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных подвижных игр | и взрос­лыми, выходы из спорных ситуаций |
| Гимнастика с элементами акробатики (21 час) |
| 28. | Кувыроквперед | 3нед.нояб. |  | Комби-­ниро-ванный | Разучивание разминкина матах, повторениетехники выполнениякувырка вперед, проведение подвижной игры«Удочка» | Разминка на матах,кувырок вперед, по­движная игра «Удоч­ка» | Выполнять разминку на матах, знать, как выполня- ется кувырок вперед, прави­ла подвижной игры «Удочка» | ***К.:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, рабо­тать в группе. ***Р.:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельно-сти, кон­тролировать про-цесс и оценивать резуль-тат своей деятельности. ***П.:*** выполнять кувы­рок вперед, играть в подвиж-ную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие доброжелательно-сти и эмоционально-нрав-ственной отзывчиво­сти, со-чувствия другим людям, формирование эстетических потребно­стей, ценностей и чувств, формирование уста-новки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| 29. | Кувырок вперед с трех  | 3нед.нояб. |  | Комби-ниро-ванный | Повторение разминки на матах, совер-шен­ствование техники вы-полнения кувырка вперед, | Разминка на матах, кувырок  | Выполнять разминку на матах, знать, как выполня­ются кувырок впе-ред и ку­вырок впе-ред с трех шагов, правила про­ведения | ***К.:*** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной кооперации, рабо­тать в группе.Р.: опре-делять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, развитие доброжелательности иэмоцио­нально-нравствен |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  разучивание техники выполнения кувырка вперед с трех шагов. | вперед, кувы­рок вперед с трех шагов, подвижная игра «Удочка» | по­движной игры «Удочка» | контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. П.: выполнять ку­вырок вперед и кувырок вперед с трех шагов, играть в игру «Удочка» | ной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки, фор­мирование эстетических потребностей |
| 30. | Кувырок вперед с разбега | 3нед.нояб. |  | Комби-ниро-ванный урок | Разучивание размин­ки на матах с мяча-ми, совершен-ствование техники выполне­ния кувырка впе-ред, повторение техники выполнения кувырка вперед с трех шагов, разучивание техники выполнения кувырка впе-ред с разбега | Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок впе­ред с трех шагов, ку­вырок вперед с разбега | Выполнять разминку на матах с мя­чами, знать, как выполня­ются кувырок вперед, ку­вырок вперед с трех шагов и с разбега | ***К.:*** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответ­ствии с задачами и условиями коммуникации. ***Р.:*** осознавать самого себя как движущую силу сво­его научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятель-ности. ***П.:*** выполнять кувы­рок вперед, кувырок вперед с трех шагов и кувырок вперед с разбега | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли­вости и свободе, форми­рование эстетических по­требностей и ценностей |
| 31. | Услож­ненные варианты выпол­нения кувырка вперед | 4нед.нояб. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение разминки на матах с мячами, повторение техники выполнения | Разминка на матах с мячами, кувырок вперед, кувырок вперед с трех | Выполнять разминку на матах с мя­чами, знать, как выполня­ются кувырок вперед, ку­вырок вперед с трех шагов, | ***К.:*** работать в группе, с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответ­ствии с задачами и условиями коммуни-кации. ***Р.:*** осознавать самого себя как движу | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие самостоятельности и личной  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | кувырка вперед как с места, так и с разбега, разучи­вание усложненных вариантов выполнения кувырка вперед | шагов, кувырок вперед с раз­бега, усложненные варианты кувырка вперед | с разбега и усложненные варианты ку­вырка вперед | щую силу сво­его науче-ния, свою способность к преодолению препятствий и ca­мокоррекции, контро-лировать процесс и оцени-вать результат своей деятельности. ***П.:*** выполнять кувы­рок впе-ред, кувырок вперед с трех шагов, кувырок вперед с разбега | ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли­вости и свободе, фор­мирование эстетических потребностей, ценностей и чувств |
| 32. | Стойка на лопат­ках, «мост» | 4нед.нояб. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание разминки,направленной на сохране-ние правиль-ной осанки, повторение техники вы-полнения стойки на лопатках и моста, по-вторение ус-ложненных вари­антов выполнения кувырка впе-ред, прове­дение игры «Волшебные елочки» | Разминка, направ­ленная на сохранение правильной осанки, усложненные вари­анты кувырка вперед, стойка на лопатках, " мост, подвижная игра «Волшебные елочки» | Выполнять разминку, на­правленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполня­ются услож­ненные вари­анты кувырка вперед, техни­ку выполнения стойки на ло­патках и моста, правила игры Волшебные елочки» | ***К.:*** устанавливать рабо-чие отношения, владеть моно­логической и диало-гической фор­мами речи в соответствии с грам­матическими и синтак-сическими нормами род-ного языка. ***Р.:*** контро-лировать процесс и оце-нивать результат своей деятельности, видеть ука­занную ошибку и ис-правлять ее, сохранять заданную цель. ***П.:*** выполнять усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, мост, играть в подвижную игру «Вол­шебные елочки», иметь представ­ление о том, что такое осанка | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, развитие доброже-латель­ности и эмоци-онально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, формиро-вание установки на здоро-вый образ жизни, форми­рование эстетических ценностей и чувств |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 33. | Круговая трениров­ка | 4нед.нояб. |  | Репро­дуктив­ный | Повторение разминки, направлен-ной на со­хранение правильной осанки, проведение круговой тренировки, проведение подвиж­ной игры «Волшебные елочки» | Разминка, направ­ленная на сохранение правильной осанки, круговая тренировка, подвижная игра «Вол­шебные елочки» | Знать, как сохранять пра­вильную осан­ку, как прохо­дить станции круговой тренировки, правила по­движной игры «Волшебные елочки» | ***К.:*** слушать и слы­шать учителя и друг друга, пред­ставлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохра-нять доброжелательное отно­шение друг к другу. ***Р.:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. ***П.:*** выполнять круго­вую тренировку, играть в игру «Волшебные елочки», иметь представление о том, что такое осанка | Развитие самостоя­тельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и свобо­де, формирование эсте­тических потребностей, ценностей и чувств, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 34. | Стойка на голове | 1нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание размин­ки с гимнастической палкой, знакомство с первой помощью при травмах, повторение техники вы-полнения стойки на го-лове, прове-дение  | Разминка с гимнасти­ческой палкой,первая помощь при травмах, стойка на голове, уп­ражнения на внима­ние на матах | Знать, какую первую по­мощь нужно оказать при мелких трав­мах, технику выполнения стойки на го­лове | ***К.:*** устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации. ***Р.:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному пра­вилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее ***П.:*** оказывать пер­вую помощь при легких трав-мах, выполнять стойку на голове и уп­ражнения на  | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, сочувствия другим лю­дям, формирова-ние эсте­тических потребнос-тей, ценностей и чувств |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | упражнений на внимание |  |  | внимание |  |
| 35. | Лазанье и перелеза-ние по гимна­стической стенке | 1нед.дек. |  | Комби­нирован­ный урок | Повторение разминки с гимнастическими палка-ми, конт-рольная про-верка знаний о первой по-мощи при травмах, проведение лазанья и перелезания по гимнасти-ческой стен-ке, совер-шенствова-ние техники выполнения стойки на голове  | Разминка с гимна­стическими палками, первая помощь при травмах, лазанье и перелезание по гим­настической стенке, стойка на голове, по­движная игра «Белоч ка-защитница» | Знать технику выполнения стойки на голо­ве, как лазать и перелезать по гимнасти­ческой стенке, какую помощь оказывать при травмах, правила игры «Белочка-за­щитница» | ***К.:*** представлять конк-ретное содержание и сооб­щать его в устной форме, владеть моноло-гической и диалогиче-ской формами речи в соответствии с грамма-тическими и синтаксиче­скими нормами родного языка. ***Р.:*** осознавать са-мого себя как движущую силу сво­его научения, свою способность к пре-одолению препятствий и са­мокоррекции. ***П.:*** ока-зывать пер­вую помощь, выполнять стойку на го-лове, лазать и перелезать по гимнастической стен-ке, играть в игру «Белочка-за­щитница» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| 36. | Различ­ные виды перелеза- ний | 1нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание разминки с массажными мячами, со-вершенство-вание тех-ники выпол-нения стойки на голове, | Разминка с массажны­ми мячами, техника выполнения стойки на голове, различные виды | Знать технику выполнения стойки на го­лове, раз­личные виды перелезаний, правила игры «Удочка» | ***К.*** находить общее реше-ние практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимо-действовать с ними. ***Р.:*** проектировать траектории развития через | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | вы­полнение различных видов перелезаний, проведение подвижной игры «Удочка» | перелезаний, по­движная игра «Удоч­ка» |  | включение в новые виды деятельности и фор­мы сотрудничества, видеть указан­ную ошибку и исправлять ее. ***П.:*** выпо-лнять стой­ку на голове, разные варианты переле-зания, играть в подвиж-ную игру «Удочка» | самостоятельно­сти и личной ответствен­ности за свои пос-тупки, формирование эстетиче­ских потребностей, цен­ностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| 37. | Вис заве- сом одной и двумя ногами на пере­кладине | 2нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Повторение разминки с массажными мячами, пов-торение раз-личных ва-риантов пе-релеза­ний, разучивание виса завесом одной и двумя нога-ми | Разминка с массажны­ми мячами, различные варианты перелеза­ний, вис завесом од­ной и двумя ногами, упражнения на вни­мание | Знать, как подбирать правильный способ переле зания, как вы­полняется вис завесом одной и двумя ногами | ***К.:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.***Р.:*** сохранять задан­ную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. ***П.:*** выполнять вис завесом одной и двумя ногами, пе­релезать различными способами | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверст­никами |
| 38. | Круговая трениров­ка | 2нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки со средними обручами, проведение круговой тренировки, проведение подвижной | Разминка со средними обручами, круговая тренировка, подвиж­ная игра «Удочка» | Знать правила прохождения станций круго­вой тренировки, правила подвижной игры «Удочка» | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р.:*** самостоятельно форму-лировать познавательные цели, сохранять заданную | Принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, разви­тие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки ,социальной |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | игры «Удочка» |  |  | цель. ***П.:*** проходить стан­ции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка» | справедли­вости, фор­мирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| 39. | Прыжки в скакал­ку | 2нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание разминки со скакалкой, повторе­ние техники прыжков в скакалку, разучива­ние подвижной игры «Горячая линия» | Разминка со скакал­кой, прыжки в скакал­ку, подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполняются прыжки в ска­калку, правила подвижной игры «Горячая линия» | **К.:** работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). **Р.:** осознавать самого себя как движущую силу сво­его научения, свою спо-собность к преодолению препятствий и самокор-рекции. **П.:** выполнять прыжки в скакалку, играть в по­движную игру «Горячая линия» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обучаю-щегося, раз­витие этиче-ских чувств, доброжела-тельности и эмоционально-нрав­ственной отзывчи-вости, развитие самостоя­тельности и личной ответ-ственности за свои поступ-ки на основе представ-лений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 40. | Прыжкив скакалку в движении | 3нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение разминки со скакалкой, совершенст-вование техники прыжков в скакалку, разучивание прыжков в | Разминка со скакал­кой, прыжки в скакал­ку на месте и в движе­нии, подвижная игра «Горячая линия» | Знать, как выполняются прыжки в ска­калку в движе­нии, правила подвижной игры «Горячая линия» | **К.:** работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопро­сов. **Р.:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, осуществ-лять действия по образцу и заданному правилу. **П.:** выполнять прыжки в скакалку на месте и в | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательости и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в раз­ных ситуациях, разви­тие |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | скакалку в движении, повторение игры «Горячая линия» |  |  | движении, играть в подвижную игру «Горячая линия» | самостоятельности, и личной ответствен­ности за свои поступки |
| 41. | Круговая трениров­ка | 3нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание разминки в движении, прохожде­ние станций круговой тренировки,совершенст-вование тех-ники виса завесом одной и двумя ногами. | Разминка в движении, круговая тренировка, вис завесом одной и двумя ногами, по­движная игра «Медве­ди и пчелы» | Знать, как вы­полняется вис завесом одной и двумя нога­ми, правила станций кру­говой трени­ровки, правила подвижной игры «Медведи и пчелы» прохождения  | **К.**: устанавливать рабо-чие отношения, пред-ставлять конкретное со-держание и сооб­щать его в устной форме. **Р.:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, контро- лировать процесс и оце--нивать ре­зультат своей деятельности. **П.:** вы-полнять вис завесом од-ной и двумя ногами, про-ходить станции круговой тре­нировки, играть в подвижную игру «Медведи и пчелы» | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли­вости и свободе  |
| 42. | Вис со­гнувшись, вис про­гнувшись | 3нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Проведение разминки в движении, повторе­ние техники вы- полне­ния виса согнувшись и виса прогнув-шись, повто-ре­ние игры | Разминка в движении, техника вы-полне­ния виса согнувшись и виса прогнув-шись, подвиж­ная игра «Медве-ди и пчелы» | Знать технику выполнения виса согнув­шись и виса прогнувшись, правила по­движной игры «Медведи и пчелы» | ***К.:*** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной кооперации, уста­навливать рабочие от-ношения. ***Р.:*** видеть ука-занную ошибку и исправ-лять ее, сохранять задан-ную цель. ***П.:*** выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись, иг­рать в  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  «Медведи и пчелы» |  |  | подвижную игру «Медведи и пчелы» |  |
| 43. | Перево­рот назад и вперед на переклади-не | 4нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Повторение разминки в движении, совершенст-вование техни­ки выполнения виса согнув-шись и виса прогнувшись, повторение перево­ротов назад и вперед, про-веде­ние под-вижной игры «Шмель» | Разминка в движении, вис согнувшись, вис прогнув-шись, перево­роты назад и вперед, подвижная игра «Шмель» | Знать технику выполнения виса согнув­шись, виса прогнувшись, переворотов назад и вперед на гимнастиче­ских кольцах, правила по­движной игры «Шмель» | **К.:** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной кооперации, уста­навливать рабочие отношения. **Р.:** видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель.**П.:** выполнять вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед, играть в по­движную игру «Шмель» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| 44. | Комби­нация на переклади-не | 4нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание разминки с обручами, разучи­вание комбинации на переклади-не, повторе-ние техники вращения обруча, про-ведение подвижной игры «Шмель» | Разминка с обручами, комбинация на гим­настических кольцах, техника вращения об­руча, подвижная игра «Шмель» | Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику вра­щения обруча, правила по­движной игры «Шмель» | ***К.:*** представлять конкрет-но содержание и сооб­щать его в устной форме, слу-шать и слышать друг дру-га и учителя. ***Р.:*** осозна-вать самого себя как дви-жущую силу сво­его нау-чения, свою способность к преодолению препятствий и са­мокоррекции. ***П.:*** выполнять ком­бинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Шмель» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностно­го смысла учения, при­нятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочув­ствия другим людям, раз­витие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 45. | Вращение обруча | 4нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Повторение разминки с обручами, повто­рение комбинации на перекла-дине, совершен­ствование техники вра- щения обру-ча, прове­дение игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с обручами, комбинация напереклади-не, техника вращения об­руча, подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове» | Знать, как составляется комбинация на кольцах, технику враще­ния обруча, правила по­движной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***К.:*** представлять конк-ретно содержание и сооб­щать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. ***Р.:*** осознавать самого себя как движущую силу сво-его научения, свою спо-собность к преодолению препятствий и самокор-рекции. ***П.:*** выполнять ком­бинацию на кольцах, вращение обруча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучаю­щегося, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, сочув­ствия другим людям, раз­витие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
| 46. | Варианты вращения обруча | 5нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание размин­ки с обручами в дви­жении, контрольная проверка техники вра-щения обру-ча, знаком-ство с раз-личными вариантами вращения обруча, пов-торение игры  | Разминка с обручами в движении, вариан­ты вращения обруча, подвижная игра «Ло­вишка с мешочком на голове» | Знать варианты вращения об­руча, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***К.:*** слушать и слышать друг друга, с достаточ­ной полнотой и точностью выра­жать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуни­кации. ***Р.:*** самостоятельно форму-лировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверст-ника. ***П.:*** выполнять различные варианты вра-щения обру­ча, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове» | Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочув­ствия другим людям, раз­витие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | «Ло­вишка с мешочком на голове» |  |  |  |  |
| 47. | Лазанье по канату и круговая трениров­ка | 5нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Повторение разминки с обручами в дви­жении, проведение лазанья по канату, проведение круговой тренировки, проведе­ние подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | Разминка с обручами в движении, лазанье по канату, круговая тренировка, подвиж­ная игра «Ловишка с мешочком на голо­ве» | Знать, как выполняются лазанье по ка­нату, захват каната нога­ми, круговая тренировка, правила по­движной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***К.:*** с достаточной пол-нотой и точностью выра-жать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуника-ции, слушать и слышать друг друга и учителя.***Р.:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контро-лировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***П.:*** уметь захваты­вать канат ногами, лазать по ка­нату, проходить станции кру-говой тренировки, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на го­лове» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
| 48. | Круговая трениров­ка | 5нед.дек. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки с массажными мячами в движении, прове­дение круговой тре­нировки, | Разминка с мас­сажными мячами в дви-жении, круго-вая трениров-ка, подвиж­ная игра, подведение итогов | Знать, как выпол-няется захват кана-та ногами, прави­ла прохожде­ния станций круговой тре­нировки, как выбирать по­движную игру | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя, нахо­дить общее решение практической задачи.***Р.:*** владеть средствами саморегуляции и рефлексии дея­тельности, контролировать про­цесс и  | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | проведение одной игры по жела­нию детей, подведение итогов четверти |  |  | оценивать результат своей деятельности.***П.:*** лазать по кана­ту, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру | отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
| Лыжная подготовка (12 часов) |
| 49. | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах без палок | 2нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный | Знакомство с организа-ционно-ме-тодиче­скими требования-ми, приме-няемыми на уро­ках, посвященных лыжной подготовке, проверка спортивной формы и ин-вентаря, по-вторение техники ступающего и сколь­зящего шага на лыжах без палок | Организационно- методи-ческие требо­вания, ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок | Выполнять ор­ганизационные требования на уроках, посвященных лыжной подго­товке, готовить лыжный ин­вентарь к экс­плуатации, знать технику передвижения ступающим и скользящим шагом на лы­жах без палок | ***К.:*** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной коопе-рации, рабо­тать в группе, добывать недостаю­щую информацию с помощью вопросов.***Р.:*** владеть средствами саморегуляции, сохранять задан­ную цель. ***П.:*** пристегивать крепления, передвигаться сколь­зящим и ступающим шагом на лы­жах без палок | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 50. | Повороты переступанием на лыжах без палок | 2нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Проверка умения при­стегивать крепления, совершенст-вование техники ступающего и скользящего шага, повторение техники поворота переступа-нием на лыжах без палок | Ступающий и сколь­зящий шаг на лыжах без палок, техника по­ворота переступа-нием на лыжах без палок | Знать, как пристегивать крепления, как выполняются передвиже­ние на лыжах без палок ступающим и скользящим шагом, пово­рот переступа- нием на лыжах без палок | ***К.:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе.***Р.:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, кон­тролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***П.:*** самостоятельно присте-гивать лыжные крепле­ния, передвигаться ступающим и скользящим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах переступанием  | Принятие и освоение социальной роли об­учающегося, развитие этических чувств, добро­желательности и эмоцио­нально-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям |
| 51. | Сту­пающий и скользя­щий шаг на лыжах с палками | 2нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение техники ра-боты рук с лыжными палками, со-вершенство-вание техни- ки ходьбы ступающим и скользя-щим шагом на лыжах без палок | Работа рук с лыжны­ми палками, ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом как без лыжных па­лок, так и с ними | Знать, как ра­ботают руки с лыжными палками, как передвигаться ступающим и скользящим шагом как с лыжными палками, так и без них | ***К.:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверст­никами и взрослыми. ***Р.:*** сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***П.:*** пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим и скользя­щим шагом как без | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | повторение техники ходьбы сту-пающим и скользящим шагом  |  |  | лыжных палок, так и с ними |  |
| 52. | Тормо­жение падением на лыжах с палками | 3нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Совершенствование тех-ники пере-движения на лыжах с пал-ками и без, повторение техники тор-можения па-дением, ра-зучивание игры «Сал­ки на снегу» | Передвижение на лы­жах ступающим и скользящим шагом с палками и без них, торможение падени­ем, подвижная игра «Салки на снегу» | Знать, как передвигать­ся на лыжах ступающим и скользящим шагом, как выполнять тор­можение паде­нием, правила подвижной игры «Салки на снегу» | ***К.:*** устанавливать рабо-чие отношения, форми-ровать навыки сотрудни-чества со сверст­никами и взрослыми. ***Р.:*** осуще-ствлять дей­ствие по об-разцу и заданному пра­вилу. ***П.:*** передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падени-ем | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, форми­рование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| 53. | Прохо­ждение дистан­ции 1 км на лыжах | 3нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Совершенствование техники. передвижения на лыжах, прохожде­ние дистанции 1 км щ лыжах, повторение подвижной игры «Сал­ки на снегу» | Техника передвиже­ния на лыжах, про­хождение дистанции 1 км на лыжах, по­движная игра «Салки на снегу» | Знать технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу» | ***К.:*** с достаточной полно-той и точностью выра-жать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуни-кации. ***Р.:*** самостоя-тельно формировать по-знавательные цели, со-хранять заданную цель. ***П.:*** проходить дистан-цию 1 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 54. | Повороты пересту- панием на лыжах с палками и обгон | 3нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Совершенствование тех-ники пере-движения на лыжах, пов-торение тех-ники пово-ротов на лы-жах с палка-ми, разучи-вание тех-ники обгона на лыжах | Передвижение на лы­жах, повороты пере- ступанием на лыжах с палками, техника обгона на лыжах | Знать, как выполняются обгон на лы­жах, поворот переступанием на лыжах с палками, как передвигаться на лыжах | ***К:*** работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя.***Р.:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному пра­вилу, сохранять заданную цель. ***П.:*** выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелатель-ности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях |
| 55. | Подъем на склон «полу­елочкой» и спуск на лыжах | 4нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный | Совершен-ствование техники вы-полнения лыжных ходов, повто­рение техники подъема «полуелоч-кой», повто­рение тех-ники спуска под уклон в основной стойке | Лыжные ходы, подъем на склон «полуелоч­кой», спуск со склона в основной стойке | Знать, как выполняют­ся подъем на склон «полуелоч­кой» и спуск со склона в ос­новной стойке | ***К.:*** сотрудничать в дос-тижении цели со сверст-ника­ми, слушать и слы-шать друг друга. ***Р.:*** ви-деть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. ***П.:*** спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полу­елочкой» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-ной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоро­вый образ жизни |
| 56. | Подъем на склон «елочкой» | 4нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный | Совершенствование техники выполнения лыжных  | Лыжные ходы, подъем на склон  | Знать, как выполняют­ся подъем на склон «елоч­кой» и  | ***К.:*** сохранять доброже-лательное отношение друг к другу, устанав-ливать рабочие отноше-ния. | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | ходов, повто­рение техники подъема на склон «полуелоч­кой», разу-чивание тех­ники подъема на склон «елочкой», повторе­ние техники спуска со склона в основной стойке |  «полуелоч­кой» и «елочкой», спуск со склона в ос­новной стойке | «по­луелочкой», спуск в основ­ной стойке | ***Р.:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному правилу.***П.:*** выполнять подъ­ем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах | ,сочув­ствия другим людям, раз­витие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки, формирование установки на безопасный образ жизни |
| 57. | Передви­жение на лыжах змейкой | 4нед.янв. |  | Комби­ниро-ван­ный | Совершенст-вование тех-ники передвижения на лыжах раз-личными ходами, пов-торение передвижения на. лы­жах змей-кой, повторе­ние подъе-ма на склон «елочкой», | Передвижение на лы­жах различными хода­ми и змейкой,подъем на склон «елочкой», спуск со склона в ос­новной стойке | Знать, как пере-двигать­ся на лыжах змейкой,как выполняют­ся подъем на склон «елоч­кой» и спуск 'в основной стойке | ***К:*** сотрудничать со сверстниками и взрослы-ми, добывать недоста-ющую информа­цию с помощью вопросов. ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу сво­его научения, свою способность к преодо-лению препятствий и са­мокоррекции. ***П:*** передвигаться на лы-жах змейкой, поднимать-ся на склон «елочкой» и спускаться в основной стойке | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки, умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | совершен­ствование техники спу-ска со скло-на в основ-ной стойке |  |  |  |  |
| 58. | Подвиж­ная игра на лыжах «Накаты» | 1нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Совершенствование техники пере-движения на лыжах, пов-торение передвижения на лы­жах змей-кой, разучи­вание подвижной игры на лыжах «Накаты» | Передвижение на лы­жах змейкой, подвиж­ная игра на лыжах «Накаты» | Знать, как пе­редвигаться на лыжах змей­кой, правила подвижной игры на лыжах «Накаты» | ***К:*** с достаточной полно-той и точностью выра-жать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуника-ции. ***Р:*** контролировать процесс и оценивать ре-зультат своей деятельности, сохранять за­данную цель.***Познавательные:*** передвигаться на лыжах змейкой, играть в по­движную игру на лыжах «Накаты» | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки, умение не создавать кон­фликты и находить выхо­ды из спорных ситуаций |
| 59. | Прохо­ждение дистан­ции 1,5 км на лыжах | 1нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Прохождение дистан­ции 1,5 км на лыжах, катание со склона в основной стойке, свободное катание | Прохождение дистан­ции 1,5 км на лыжах, катание на лыжах со склона, свободное катание | Знать, как проходить ди­станцию 1,5 км на лыжах, как кататься на лы­жах со склона и по лыжне | ***К:*** устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстни­ками.***Р:*** самостоя-тельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. ***П:*** проходить ди­станцию 1,5 км на лыжах | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли­вости и свободе |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 60. | Подвиж­ная игра на лыжах «Накаты» | 1нед.фев. |  | Конт-роль-ный урок | Повторение ранее изучен-ных лыжных ходов, повто-рение поворо-тов пересту-панием на лыжах, повто-рение техники передвижения на лыжах змейкой, повторение техники подъема на склон «по­луелочкой», «елочкой» и спуска в основной стойке | Ступающий и сколь­зящий лыжный шаг, повороты пересту­панием на лы-жах, передви-жение на лы­жах змейкой, подъем на склон «полуелоч­кой» и «елочкой», спуск со склона в ос­новной стойке | Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот пе- реступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «по­луелочкой» и «елочкой» и спускаться со склона в ос­новной стойке | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, уста­навливать рабочие отношения. ***Р:*** самостоя-тельно формулировать познавательные цели, аде-кватно понимать оценку взрослого.***П:*** передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полуелочкой» и «елоч­кой», спускаться со склона в ос­новной стойке | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедли­вости и свободе |
| Гимнастика с элементами акробатики (1 час) |
| 61. | Круговая трениров­ка | 2нед.фев. |  | Репро-дуктивный | Разучивание разминки с обручами, прове­дение круговой тре­нировки, повторение подвижной игры «Вы­шибалы» | Разминка с обручами, круговая тренировка, подвижная игра «Вы­шибалы» | Знать правила прохождения станций круго­вой трениров­ки, правила по­движной игры «Вышибалы» | ***К:*** добывать недостаю-щую информацию с помощью вопросов, сохра-нять доброжела­тельное отношение друг к другу. ***Р:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно оценивать свои действия и | Принятие и освоение социальной роли об­учающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми вразных социальных ситуациях, развитие самостоя­тельности и личной ответственности за свои поступки на основе |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  |  |  |  | действия партнеров. ***П:*** проходить стан­ции кру-говой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы» | представлений о нрав­ственных нормах, соци­альной справедливости и свободе |
| Подвижные игры (1 час) |
| 62. | Подвиж­ная игра «Белочка- защитни­ца» | 2нед.фев. |  | Репро-дуктивный | Повторение разминки с обручами, совершен­ствование техники лазанья по гимнасти­ческой стенке, прове­дение подвижной игры «Белочка-защитница» | Разминка с обручами, лазанье по гимнасти­ческой стенке, по­движная игра « Белочка-защитница» | Знать техни­ку лазанья по гимнасти­ческой стенке, правила игры «Белочка-за- щитница» | ***Коммуникативные:*** слушать и слу­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** лазать по гим­настической стенке, играть в по­движную игру «Белочка-защитни­ца» | Развитие навыков со­трудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не со­здавать конфликты и на­ходить выходы из спор­ных ситуаций |
| Легкая атлетика (6 часов) |
| 63. | Преодо-ление полосы препятст-вий | 2нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание раз­минки в движении, преодоление полосы препятствий, повторе­ние подвижной игры «Удочка» | Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка» | Знать, как про­ходить полосу препятствий, правила игры «Удочка» | ***К*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкрет­ное содержание и сообщать его в устной форме.***Р:*** владеть средствами саморегуляции, контроли-ровать процесс и оцени-вать результат своей деятельности. ***П:*** проходить полосу препятствий, иг-рать в подвижную игру «Удочка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 64. | Услож­ненная полоса препят­ствий | 3нед.фев. |  | Комби­нирован­ный | Проведение разминки в движении, преодо­ление усложненной полосы препятствий, повторение подвижной игры «Совушка» | Разминка в движении, усложненная полоса препятствий, подвиж­ная игра «Совушка» | Знать, как про­ходить услож­ненную полосу препятствий, правила по­движной игры «Совушка» | ***К.:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, представлять конкрет­ное содержание и сообщать его в устной форме.***Р.:*** владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***П.:*** проходить услож­ненную полосу препятствий, иг­рать в подвижную игру «Совушка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости |
| 65. | Прыжок в высоту с прямого разбега | 3нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание разминки с гимнастическими скамейками, повторе­ние техники прыжка в высоту с прямого разбега, проведение подвижной игры «Бе­гуны и прыгуны» | Разминка с гимнасти­ческими скамейками, техника прыжка в вы­соту с прямого раз­бега, подвижная игра «Бегуны и прыгуны» | Знать, как выполняется прыжок в вы­соту с прямого разбега, прави­ла подвижной игры «Бегуны и прыгуны» | ***К:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб­щать его в устной форме, добывать недостающую информацию с по­мощью вопросов. ***Р:*** осознавать самого себя как движу-щую силу сво­его науче-ния, свою способность к преодолению препятствий и са­мокоррекции, контро-лировать процесс и оце-нивать результат своей деятельности. ***П:*** прыгать в высоту с прямого раз-бега, играть в по­движную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 66. | Прыжок в высоту с прямого разбега на результат | 3нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение разминки с гимнастическими скамейками, прыжки в высоту с прямого разбега на результат, повторение подвижной игры «Бегуны и пры­гуны» | Разминка с гимнасти­ческими скамейками, прыжки в высоту на результат, подвиж­ная игра «Бегуны и прыгуны» | Знать, как выполняется прыжок в вы­соту с прямого разбега на ре­зультат, прави­ла подвижной игры «Бегуны и прыгуны» | ***К:*** сотрудничать со сверстниками и взрослыми, представлять конкретное содер­жание и сообщать его в устной форме.***Р:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую ин­формацию. ***П:*** выполнять прыжки в высоту с прямого разбе­га на результат, играть в подвиж­ную игру «Бегуны и прыгуны» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| 67. | Прыжок в высоту спиной вперед | 4нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание размин­ки с перевернуты-ми гимнасти-ческими ска­мейками, пов-торение тех-ники прыжка в вы­соту спи-ной вперед, совершенствование техники прыжка в вы­соту с прямо-го разбегау» | Разминка с перевер­нутыми гимнастиче­скими скамейками, техника прыжка в вы­соту спиной вперед и с прямого разбега, подвижная игра «Сал­ки — дай руку» | Знать, как выполняется прыжок в вы­соту спиной вперед и с пря­мого разбега, правила по­движной игры «Салки — дай руку» | ***К:*** представлять конкретное содержание и сооб­щать его в устной форме, добывать недоста-ющую информацию с по­мощью вопросов. ***Р:*** опре-делять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельнос-ти, кон­тролировать процесс и оценивать ре-зультат своей деятельно-сти. ***П:*** прыгать в высоту спиной вперед и с разбега, играть в подвижную игру «Салки — дай руку» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, разви­тие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах справедливости и сво­боде, формирование установки на безопасный образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 68. | Прыжки в высоту | 4нед.фев. |  | Конт-роль-ный | Повторение размин­ки с перевернутыми гимнастиче-скими скамей-ками, совер-шенствование техники пры-жка в высоту спи­ной вперед и с прямого разбега, повторение подвижной игры «Сал­ки — дай руку» | Разминка с перевернуты-ми гимнасти-чески­ми ска-мейками, пры­жок в высоту спиной вперед и с прямого разбега, под-вижная игра «Салки — дай руку» | Знать технику выполнения прыжка в вы­соту спиной вперед и с пря­мого разбега, правила по­движной игры «Салки — дай руку» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя, пред­ставлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р:*** владеть средствами саморе-гуляции, адекватно пони­мать оценку взрослого и сверст­ника.***П:*** выполнять прыжок в высоту спиной вперед и с прямого раз-бега, играть в по­движную игру «Салки — дай руку» | Развитие мотивов учебной деятельности и осозна­ние личностного смысла учения, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |
| Подвижные игры (6 часов) |
| 69. | Броски и ловля мяча в па­рах | 4нед.фев. |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки в парах, пов-торение бросков и ловли мяча в парах,разучи-вание подви-жной игры «Ловишка» с мя­чом и защитниками. | Разминка в парах, повто-рение бросков и ловли мяча в парах, под-вижная игры «Ловишка» с мя­чом и защитниками. | Знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила по­движной игры «Ловишка с мячом и за­щитниками» | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, управ­лять поведением партнера (конт­роль, кор-рекция, оценка действий партнера). ***Р:*** проектиро-вать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и фор­мы сотрудничества,.***П:*** выполнять брос­ки и ловлю мяча в парах, играть в под-вижную игру «Ловиш-ка с мя­чом и защитниками» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 70. | Броски мяча в баскет­больное кольцо способом «снизу» | 1нед.марта |  | Комби­ниро-ван­ный | Повторение размин­ки с мячами в парах, разучивание техники брос-ка мяча в бас-кет­больное кольцо спосо­бом «снизу», повторе­ние подвижной игры «Ловишка с мячом и защитниками» | Разминка с мячами в па-рах, техника брос­ка мяча в баскетболь­ное кольцо способом «снизу», подвижная игра «Ловиш-ка с мя­чом и защитниками» | Знать, как выполняется бросок мяча в баскетболь­ное кольцо способом «сни­зу», правила подвижной игры «Ловишка с мячом и За­щитниками» | ***К:*** с достаточной полно-той и точностью выражать свои мысли в соответст-вии с зада­чами и усло-виями коммуникации. ***Р:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному пра­вилу, сохранять заданную цель. ***П:*** выполнять бро­сок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу», играть в по­движную игру «Ловишка с мячом и за-щитниками»  | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающе-гося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отз развитие навыков со­трудничества со сверст­никами и взрослыми в разных социальных ситуациях ывчивости |
| 71.  | Броски мяча в баскет­больное кольцо способом «сверху» | 1нед.марта |  | Комби­ниро-ван­ный | Разучивание разминки с мячом, повторение техники броска мяча в баскетбольное коль­цо способом «снизу», разучивание техники броска мяча в баскет­больное кольцо спосо­бом «сверху», повторе­ние подвижной игры «Вышибалы» | Разминка с мячом, техника броска мяча в баскетбольное коль­цо способами «снизу» и «сверху», подвижная игра «Вышибалы» | Знать, как вы­полняется бро­сок мяча в баскетболь-ное кольцо спосо­бами «снизу» и «сверху», правила по­движной игры «Вышибалы» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации. ***Р:*** контролировать свою деятельность по результа-ту, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. ***П:*** бросать мяч в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», играть в по­движную игру «Вышибалы» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятель­ности и личной ответ­ственности |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 72. | Ведение мяча и броски в баскет­больное кольцо | 1нед.марта |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Повторение разминки с мячом, повто-рение техники броска мяча в баскетбольноеколь­цо способами «снизу» и «сверху», разучива­ние техники веде-ния мяча с последующимброском в баскетболь­ное кольцо, пов-торе­ние подвижной игры «Охотники и утки» | Разминка с мячом, тех-ника броска мяча в бас-кетбольное коль­цо спо-собами «снизу» и сверху», техника веде-ния мяча с по­ следующим броском в баскетбольное кольцо, подвижная игра «Охотники и утки» | Знать технику броска мяча в баскетболь­ное кольцо разными спо­собами и после ведения, пра­вила подвижной игры «Охотники и утки | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуникации. ***Р:*** контролировать про-цесс и оценивать резуль-тат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу.***П:*** выполнять брос­ки мяча в кольцо способами «сни­зу» и «сверху» после ведения мяча, играть в подвижную игру «Охот­ники и утки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмо­ционально-нравственной отзывчивости, развитиенавыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми |
| 73. | Эстафеты с мячом | 2нед.марта |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание разминки в движении с мячом, совершенствование техники ведения мяча, знакомство с различ­ными вариантами эстафет, повторение подвижной игры «Охот-ники и утки» | Разминка в движении с мячом, техника ве­дения мяча, эстафеты с мячом, подвиж­ная игра «Охотники и | Знать, как про­водятся эста­феты с мячом, как выполня­ется ведение мяча, правила подвижной игры «Охотни­ки и утки» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя, уста­навливать рабочие отношения, добывать недостаю-щую информа­цию с помо-щью вопросов. ***Р:*** проек-тировать траектории раз-вития через вклю­чение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. ***П:*** участвовать в эстафетах, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Охотники и утки» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим лю­дям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 74. | Упражне­ния и по­движные игры с мя­чом | 2нед.марта |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Повторение разминки с мячом в дви-жении, разу-чивание новых вари-антов эстафет с мячом, проведе­ние подвижной игры «Охот-ники и зайцы» | Разминка с мячом в движе-нии, эстафеты с мячом, под-вижная игра «Охотники и зай­цы» | Знать, как участ-вовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру «Охотни­ки и зайцы» | ***К:*** добывать недостаю-щую информацию с помо-щью вопросов, слушать и слышать друг друга и учи-теля.***Р:*** проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельности и фор­мы сотрудничества. ***П:*** участ-вовать в эстафетах с мя-чом, играть в по­движную игру «Охотники и зайцы» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, разви­тие самостоятельности и личной ответствен­ности за свои поступки |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Легкая атлетика** (2 часа) |
| 75 | Зна­комство с мячами- хопами | 2нед.марта |  | Изуче-ние нового мате-риала | Разучивание разминки с резиновыми коль­цами, знакомство с прыжками на мячах- хопах, разучивание подвижной игры «Ловиш-ка на хопах» | Разминка с резиновы­ми кольцами, прыжки на мячах-хопах, по­движная игра «Ловиш-ка на хопах» | Знать, что такое мячи- хопы, как на них пры­гать, пра-вила игры «Ловиш-ка на хопах» | ***К:*** добывать недостаю-щую информацию с помо-щью вопросов, слушать и слышать друг друга и учи-теля.***Р:*** осуществлять дей­ствия по образцу и задан-ному пра­вилу, сохранять заданную цель. ***П:*** пры-гать на мячах-хопах, иг-рать в подвижную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учебной деятельности и осозна­ние личностного смысла учения, принятие и освое­ние социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доб­рожелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 76 | Прыжки на мячах- хопах | 3нед.марта |  | Репро-дуктивн-ый | Повторение разминки с резиновыми коль­цами, повторение тех-ники прыжков на мячах-хо-пах, повторе-ние подвиж-ной игры «Ловишка на хопах» | Разминка с резиновы­ми кольцами, прыжки на мячах-хопах, по­движная игра Ловишка на хопах» | Знать, как выполняются прыжки на мячах-хопах, правила игры «Ловишка на хопах» | ***К:*** владеть навы­ками речевого отображения (опи­сание, объяснение), слушать и слышать друг друга и учителя. ***Р:*** осуще-ствлять дей­ствия по образ-цу и заданному пра­вилу, сохранять заданную цель.***П:*** прыгать на мячах-хопах, играть в подвиж-ную игру «Ловишка на хопах» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и эмо-ционально-нрав­ственной отзывчивости, формирова-ние установ­ки на безопас-ный образ жизни |
| **Подвижные игры (7 часов)** |
| 77 | Круговая трениров­ка | 3нед.марта |  | Репро-дуктив-ный | Разучивание раз­минки в движении, проведение круговой тре-нировки, про-веде­ние под-вижной игры «Ловишка с мячом и за-щитниками» | Разминка в движении, круговая тренировка, подвижная игра «Ло­вишка с мячом и за­щитниками» | Знать правила прохождения станций кру­говой трени­ровки, правила игры «Ловишка с мячом и за­щитниками» | ***К:*** устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью вы-ражать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуникации. ***Р:*** самостоятельно форму-лировать познавательные цели, находить необходи-мую ин­формацию.***П:*** про-ходить стан­ции круговой тренировки, играть в под-вижную игру «Ловишка с мя­чом и защитниками» | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответствен­ности |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 78 | Подвиж­ные игры | 3нед.марта |  | Репро-дуктивный | Проведение разминки с мячом, совершен­ствование техники броска мяча в бас­кетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», проведение 2—3 подвижных игр по желанию учеников | Разминка с мячом, техника бросков мяча в баскетбольное коль­цо способами «снизу» и «сверху», подвиж­ные игры | Знать техни­ку бросков мяча в бас­кетбольное кольцо спосо­бами «снизу» и «сверху», как выбирать по­движные игры и играть в них | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, орга­низовывать и осуще-ствлять сов­местную деяте-льность. ***Р:*** владеть средствами саморегуляции и рефлексии дея­тельности, контролировать про­цесс и оценивать результат своей деятельности.***П:*** выпол-нять брос­ки в баскетболь-ное кольцо спосо­бами «снизу» и «сверху», выби-рать подвижные игры и играть в них | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцианально-нравственной отзывчивости, развитие на-выков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуа-циях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 79 | Броски мяча через волей­больную сетку | 1нед.апр. |  | Комби­нирован­ный урок | Разучивание разминки с мячами, повторение техники брос-ка мяча через волейбольную сетку, проведение под-вижной игры «За­бросай противника мячами» | Разминка с мячами, тех-ника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «За-бросай про-тивника мячами» | Знать, как выпол-няются броски мяча через волейболь-ную сет­ку, правила подвижной игры «Забросай против-ника мячами» | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, рабо­тать в группе, добы-вать недостаю­щую инфор-мацию с помощью вопро-сов.***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять задан­ную цель.***П:*** выполнять брос­ки мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забро­сай противника мячами» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, развитие доброжелатель-ности, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверст-никами и взрос­лым в разных ситуациях, умение не соз-давать кон­фликты |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 80 | Броски мяча через волей­больную сетку на точность | 1нед.апр. |  | Комби­нирован­ный урок | Повторение разминки с мячами, со-вершенство-вание техники броска мяча через волей-больную сет-ку на точ-ность, разучи-ва­ние под- вижной игры «Точно в цель» | Разминка с мячами, тех-ника броска мяча через волейбольную сетку на точ-ность, подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику бросков мяча через волей­больную сетку на точность, правила по­движной игры «Точно в цель» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга и учителя, управ­лять поведением парт-нера (конт­роль, коррек-ция, оценка действий партнера, умение убеждать). ***Р:*** проектировать тра­ектории развития через включение в новые виды деятельно-сти и фор­мы сотрудни-чества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнера. ***П:*** вы-полнять брос­ки мяча через волейбольную сетку на точность, играть в игру «Точно в цель» | Развитие навыков со­трудничества со сверст­никами и взрослыми, умение не создаватьконфликты и находить выход из спорных ситуа­ций, развитие этических чувств, доброжелатель­ности, сочувствия другим людям |
| 81 | Броски мяча через волей­больную сетку с дальних дистанций | 1нед.апр. |  | Комби­нирован­ный  | Разучивание разминки с мячом в па-рах, совершенствование техники брос-ка мяча через волейбольную сетку с даль-них дистан-ций, повто-рение подвижной игры Точно в цель» | Разминка с мячом в па-рах, техника броска мяча через волей-больную сетку с даль-них дистан-ций, подвиж-ная игра Точ­но в цель» | Знать технику бросков мяча через волей­больную сетку на дальность, играть в подвиж-ную игру «Точно в цель» | ***К:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способ-ствовать продуктивной кооперации. ***Р:*** самосто-ятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую ин­формацию.***П:*** выпол-нять брос­ки мяча через волейбольную сетку на дальность, играть в под-вижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения-развитие этических чувств, добро­желательности и эмо-цио­нально-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 82 | Подвиж­ная игра «Вышиба­лы через сетку» | 2нед.апр. |  | Комби­нирован­ный  | Повторение разминки с мячом в па-рах, совершенствование техники брос-ка мяча через волейбольную сетку, прове-дение подвижной игры «Вышибалы через сетку» | Разминка с мячом в парах, техника броска мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Вы­шибалы через сетку» | Знать, как выполняются броски мяча через волей­больную сетку, правила по­движной игры «Вышибалы через сетку» | ***К:*** добывать недо­стающую информацию с помощью вопросов, со-трудничать в достиже­нии цели со сверстниками. ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять за­данную цель.***П:*** выпол-нять брос­ки мяча через сетку, играть в подвиж-ную игру «Вышибалы через сетку» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоциональ­но-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 83 | Контроль­ный урок по брос­кам мяча через во­лейболь­ную сетку | 2нед.апр. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание разминки с мячом, проведение контрольных брос­ков мяча через сетку на дальность и точ­ность, повторение по­движной игры «Выши­балы через сетку» | Разминка с мячом, контрольные брос­ки мяча через сетку на дальность и точ­ность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»  | Знать, как проходит кон­трольный урок по броскам мяча через сет­ку на дальность и точность, правила игры «Вышибалы через сетку» | ***К:*** добывать недостающую информацию с помо-щью вопросов, обосновать свою точку зрения и дока-зывать собственное мнение. ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверст-ника, сохранять заданную цель. ***П:*** выполнять кон­трольные броски на даль-ность и точность, играть в подвижную игру «Выши-балы через сетку»  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности, разви­тие навыков сотрудни­чества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **Легкая атлетика** (2 часа) |
| 84 | Броски набивно­го мяча от груди и спосо­бом «сни­зу» | 2нед.апр. |  | Комби­нирован­ный | Разучивание разминки с набивным мячом, повторение техники броска набивного мяча от груди и «снизу», проведение подвижной игры «Точно в цель» | Разминка с набивным мячом, техника брос­ка набивного мяча от груди и «снизу», подвижная игра «Точно в цель» | Знать, как выполняются броски набив­ного мяча от груди и снизу, правила игры»Точно в цель» | ***К:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб­щать его в устной форме, добывать недостающую информацию с пoмощью вопросов.***Р:*** самостоятель-но формулировать позна-вательные цели, находить необходимую информа-цию ***П***: бросать набивной мяч от груди и снизу иг-рать в подвижную игру «Точно в цель» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои пос-тупки на основе представле-ний о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе |
| 85 | Бросок набивного мяча из-за головы на даль­ность | 3нед.апр. |  | Комби­нирован­ный | Повторение разминки с набивным мячом, совершенствование техники бросков на­бивного мяча от груди и «снизу», разучива­ние техники броска набивного мяча из-за головы, повторение подвижной игры «Точ­но в цель» | Разминка с набивным мя-чом, броски набив­ного мя-ча от груди, «снизу», из-за головы, под-вижная игра «Точ­но в цель» | Знать технику броска набивного мяча от груди, «снизу», из-за головы, правила подвижной игры «Точно в цель» |  ***К:***сотрудничать со сверст-никами и взрослыми, добывать недостающую информацию с пoмощью вопросов. ***Р:*** видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять цель. ***П:*** бро-сать набивной мяч от гру-ди и «снизу», из-за головы играть в подвижную игру «Точно в цель»  | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение соци-альной роли обучающегося, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Гимнастика с элементами акробатики (2 часа) |
| 86 | Тести­рование виса на время | 3нед.апр. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание разминки с набивным мя-чом, повторе-ние техники броска набивного мяча из-за головы на даль­ность, тестирование виса на время, прове­дение нового варианта подвижной игры «Точ­но в цель» | Разминка с набив­ным мячом, броски набивного мяча из-за головы на дальность, тестирование виса на время, подвижная игра «Точно в цель» | Знать технику брос-ка набивного мяча из-за головы на дальность, правила тестирования виса на время правила подвижной игры «Точно в цель» |  ***К:*** устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверст-ника, осуществлять итого-вый контроль. ***П:*** выпол-нять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование виса на время, играть в подвижню игра «Точно в цель» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки. |
| 87 | Тести­рование наклона вперед из поло­жения стоя | 3нед.апр. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки, направленной на развитие гибкости, тестирование наклона вперед из положения стоя, повторение по­движной игры «Точно в цель» | Разминка, направ­ленная на развитие гибкости, тестирова­ние наклона вперед из положения стоя, подвижная игра «Точ­но в цель» | Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Точно в цель» | ***К:***с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответст-вии с задачами и условии-ями коммуникации ***Р:***самостоятельно формулиро-вать познавательные цели, адекватно понимать оцен-ку взрослого и сверстника ***П:*** проходить тестирова-ния наклона вперед из по-ложения стоя, правила по-движной игры «Точно в цель» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмо-ционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие са-мо­стоятельности и личной ответственности за свои по-ступки, развитие навыков сотрудничества со сверстни-ками |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Легкая атлетика (1час) |
| 88 | Тести­рование прыжка в длину с места | 4нед.апр. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки, направленной на подготовку к прыж­кам в длину, тестиро­вание прыжка в длину с места, проведение подвижной игры «Со­бачки» | Разминка, направ­ленная на подготовку к прыжкам в длину, тестирование прыжка в длину с места, по­движная игра «Собач­ки» | Знать правила тестирования прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Собачки» | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности адекватно понимать оценку взросло-го и сверстника.***П:*** проходить тестирова-ние прыжка в длину с мес-та, играть в подвижную игру «Собач­ки» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмо-ционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками |
| **Гимнастика с элементами акробатики** (2 часа) |
| 89 | Тести­рова-ние подтя-­гиванияна низкойпере­кла-дине из виса лежа со­гнув-шись | 4нед.апр. |  | Кон­троль-ный урок | Разучивание размин­ки, направленной на развитие координа­ции движений, тести­рование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнув­шись, повторение подвижной игры «Собачки» | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, тестирование подтяги­вания на низкой пере­кладине из виса лежа согнувшись,подвиж­ная игра «Собачки» | Знать правила тестирования подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила по­движной игры «Собачки» | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать — продуктивной кооперации, пред­ставлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р.:*** определять новый уровень отноше-ния к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно понимать оценку взрослого и сверстника.***П.:*** проходить тести­рование подтяги-вания на низкой перекла-дине из виса лежа  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 90 | Тести­рование подъема туловища из поло­жения лежа за 30 с | 4нед.апр. |  | Кон­троль-ный | Повторение разминки, направленной на раз­витие координации движений, тестирова­ние подъема туловища из положения лежа за 30 с, разучивание подвижной игры «Зем­ля, вода, воздух» | Разминка, направлен­ная на развитие коор­динации движений, тестирование подъема туловища из положе­ния лежа за 30 с, по­движная игра «Земля, вода, воздух» | Знать правила тестирования подъема туло­вища из по­ложения лежа за 30 с, правила подвижной игры «Земля, вода, воздух» | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сооб­щать его в устной форме, обосно­вывать свою точку зрения и дока­зывать собственное мнение. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно понимать оценку взрослого и сверстника.***Познавательные:*** проходить те­стирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| Легкая атлетика (2 часа) |
| 91 | Техника метания на точ-ность (разные предметы) | 1нед.мая |  | Комби­нирован­ный урок | Разучивание разминки с мешочками, повторе­ние различных вариан­тов метания и бросков на точность, проведе­ние подвижной игры «Земля, вода, воздух» | Разминка с мешоч­ками, различные варианты метания и бросков на точность, подвижная игра «Зем­ля, вода, воздух» | Знать, как выполнять различные варианты мета­ния и бросков на точность, правила по­движной игры «Земля, вода, воздух» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, эффективно сотрудничать и способст-вовать продуктивной кооперации. ***Р:*** контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. **П:**  правильно под­бирать вариант метания или брос­ка пред-мета на точность, играть в подвижную игру «Земля, вода, воздух» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, развитие этических чувств и эмо­ционально- нравственной отзывчивос-ти, разви­тие самостоятель-ности и личной ответствен­ности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, соци-альной справедли­вости и свободе |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 92 | Тестиро­вание метания малого мяча на точность | 1нед.мая |  | Кон­троль-ный урок | Повторение разминки с мешочками, тестиро­вание метания малого мяча на точность, про­ведение подвижной игры Ловиш-ка с ме­шочком на голове» | Разминка с мешоч­ками, тестирование метания малого мяча на точность, подвиж­ная игра «Ловиш-ка с мешоч-ком на голо­ве» | Знать правила тестирования метания мало­го мяча на точ­ность, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове» | ***К:*** представлять конкрет-ное содержание и сооб­щать его в устной форме, обосно­вывать свою точку зрения и дока­зывать соб-ственное мнение. ***Р:*** определять новый уро-вень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно пони-мать оценку взрослого и сверстника.***Познавательные:*** проходить тестиро­вание ме-тания малого мяча на точ­ность, играть в подвиж-ную игру «Ловишка с ме-шочком на голове» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| **Подвижные игры (1 час)** |
| 93 | Подвиж­ные игры для зала | 1нед.мая |  | Репро­дуктив­ный | Разучивание разминки с гимнастичес-кими палка-ми, прием тес-тов и кон-трольных упраж­нений у тех, кто их пропустил, проведение 2-3 игр по жела-нию учеников | Разминка с гимна­стичес-кими палка-ми, тесты и контрольные упражнения, 2—3 подвиж-ные игры, вы­бранные учениками | Знать различ­ные подвиж­ные игры, правила сдачи тестов и кон­трольных уп­ражнений |  ***Коммуникативные:*** слушать и слы­шать друг друга, устанавливать рабочие отношения, обо-сновывать свою точку зрения, уважать иное мне-ние. ***Регулятивные:*** владеть средствами саморегуляции, проек-тировать траектории развития через включение ­ в новые виды деятельнос-ти и формы сотрудничес-тва. ***Познавательные:***: выбирать подвиж-ные игры, учитывая инте-ресы одноклассников, проходить тестирование  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмо-циональ­но-нравственной от­зывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситу-ациях, умение не создавать конфлик­ты и находить вы-ходы из спорных ситуаций  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **Легкая атлетика (4 часа)** |
| 94 | Беговые упражне­ния | 2нед.мая |  | Комби­нирован­ный | Разучивание разминки в движении, проведе­ние беговых упраж­нений, пов-торение под-вижных игр «Колдунчики» и Совушка» | Разминка в движении, беговые упра-жнения, под-вижные игры «Колдунчики» и Совушка» | Знать, какими бывают бего­вые упражне­ния, пра-вила подвижных игр «Колдунчики» и «Совушка» | ***К:*** устанавливать рабочие отношения, работать в группе. ***Р:*** осуществлять дей­ствия по образцу и заданному пра­вилу, сох-ранять заданную цель. ***П:*** выполнять бе­говые упра-жнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Совушка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла уче-ния, принятие и освоение социальной роли обуча-ющегося, раз­витие этичес-ких чувств, доброжелатель-ности и эмоционально-нрав­ственной отзывчивости |
| 95 | Тестиро вание бега на 30 м с высоко­го старта | 2нед.мая |  | Кон­т-роль-ный | Повторение разминки в движении, тести­рование бега на 30 м с высокого старта, повто-рение подвижной игры «Хвостики» | Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта, под-вижная игра «Хвостики» | Знать правила тестирования бега на 30 м с высокого старта, прави­ла подвижной игры «Хвости­ки» | ***К:*** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной коопера-ции, пред­ставлять кон-кретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р:*** определять новый уровень отноше-ния к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно понимать оценку взрослого и свер-стника. ***П:*** проходить тести­рование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Хвостики» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе пред­ставлений о нравствен­ных нормах, социальной справедливости и сво­боде |
| 96 | Тести­рование челноч­ного бега 3 х 10м | 2нед.мая |  | Конт роль-ный | Разучивание разминки в движении, тести­рование челноч­ного бега 3 х 10м, по­вторение подвижной игры «Бросай  | Разминка в движении, тестирова-ние челноч­ного бега 3 х 10м, игра «Бросай да­леко, собирай быстрее» | Знать правила тестирования челночного бега З х 10м, правила по­движной игры «Бросай да­леко, собирай быстрее» | ***К:*** владеть монологичес-кой и диалогической формами речи в соот-ветствии с граммати-ческими нормами род­ного языка. ***Р:*** самостоятельно формулировать познава-тельные цели, находить необходимую информа-цию.***П:*** проходить тестирование челночного  | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравственной отзывчи­вости, сочувствия другим людям, развитие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав­ственных нормах,  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | да­леко, собирай быстрее» |  |  | бега Зх 10м с высокого старта, играть в по­движную игру «Бросай далеко, собирай быстрее» | соци­альной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |
| 97 | Тести­рование метания мешочка (мяча) на даль­ность | 3нед.мая |  | Кон­т-роль-ный | Повторение разминки в движении, тестиро­вание метания мешоч­ка (мяча) на дальность, повторение подвижной игры «Хвостики» | Разминка в движении, тестирование метания мешочка на дальность подвижная игра «Хво­стики» | Знать правила тестирования метания ме­шочка на даль­ность, пра-вила подвижной игры «Хвости­ки» | ***К:*** эффективно сотрудни-чать и способствовать продуктивной коопера-ции, пред­ставлять кон-кретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Р:*** определять но-вый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, аде­кватно понимать оценку взрос-лого и сверстника.***П:*** проходить тестирова-ние метания мешочка на даль­ность, играть в под-вижную игру «Хвостики» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочув-ствия другим людям, раз-витие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравствен-ных нормах, соци­альной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |
| **Подвижные игры (2часа)** |
| 98 | Подвижная игра «Хво­стики» | 3нед.мая |  | Комби­ниро-ван­ный  | Разучивание беговой разминки, разучивание различных вариантов подвижной игры «Хво­стики», повторение игры малой подвижно­сти «Совушка» | Беговая разминка, различные вариан­ты подвижной игры «Хвостики», подвиж­ная игра «Совушка» | Знать вариан­ты подвижной игры «Хвости­ки», правила подвижной игры «Совушка» | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с зада­чами и условиями коммуника-ции. ***Р:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуля-ции. ***П:*** играть в различ­ные варианты подвижной игры «Хвостики», в игру малой подвиж­ности «Совушка» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 99 | Подвижная игра «Воробьи — вороны» | 3нед.мая |  | Комби­ниро-ван­ный урок | Разучивание разминки на месте, раз-учива­ние подвижной игры «Воробьи — вороны», повторение подвижной игры «Хвостики» | Разминка на месте, подвижные игры «Воробьи — вороны» и «Хвостики» | Знать правила подвижных игр «Воробьи — во­роны» и «Хво­стики» | ***К:*** с достаточной полно-той и точностью выра-жать свои мысли в соот-ветствии с зада­чами и условиями коммуника-ции, добывать недостаю-щую информа­цию с по-мощью вопросов. ***Р:*** само-стоятельно формулиро-вать познавательные цели, находить необходи-мую ин­формацию.***П:*** иг-рать в подвиж­ные игры «Хвостики» и «Воро­бьи — вороны» | Развитие мотивов учеб­ной деятельности и осо­знание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, раз­витие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми |
| **Легкая атлетика (1час)** |
| 100 | Бегна 1000 м | 4нед.мая |  | Кон­т-роль­ный | Разучивание размин­ки, направленной на развитие гибко­сти, проведение бега на 1000 м, повторение подвижной игры «Во­робьи — вороны» | Разминка, направлен­ная на развитие гиб­кости, бег на 1000 м, подвижная игра «Во­робьи — вороны» | Знать, как рас­пределять свои силы, чтобы пробежать 1000 м без от­дыха, правила подвижной игры «Воро­бьи — вороны» | ***К:*** эффективно сотруд-ничать и способствовать продуктивной коопера-ции, сохра­нять доброжелательное отношение друг к другу.***Р:*** осуществлять ито­говый контроль, сох-ранять задан­ную цель.***П:*** пробегать 1000м без отдыха, играть в подвиж-ную игру «Воробьи — вороны» | Развитие этических чувств, доброжелатель­ности и эмоционально- нравствен-ной отзывчи­вости, сочув-ствия другим людям, разви-тие само­стоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нрав­ст-венных нормах, соци­альной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни |
| **Подвижные игры**  |
| 101 | Подвиж­ные игры с мячом | 4нед.мая |  | Репро­дук-тив­ный | Проведение разминки с помощью учеников, проведение 2—3 по­движных игр с мячом по желанию  | Разминка с помощью учеников, 2—3 по­движные игры, тести­рование | Знать уп­ражнения для разминки, подвижные игры с мячом, правила тести­рования  | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, находить об-щее решение практи-ческой задачи, органи-зовывать и осуществлять совместную деятельность. ***Р:*** владеть средствами саморегуляции, сотруд-ничать в совместном  | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоционально- нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
|  |  |  |  |  | учеников, прием тестов у долж­ников |  |  | ре- шении учебных задач.***П:*** подбирать разминоч-ные упражнения, выбирать по­движные игры с мячом, проходить тестирование | создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |
| 102 | Подвиж­ные игры | 4нед.мая |  | Репро­дуктив­ный | Повторение разминки с помощью учеников, проведение 2—3 по­движных игр по жела­нию учеников, подве­дение итогов года | Разминка с помощью учеников, подвижные игры, подведение ито­гов года | Подбирать нужные раз- миночные упражнения, договариваться и выбирать по­движные игры | ***К:*** слушать и слы­шать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение.***Р:*** владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.***П:*** подбирать разминочные упражне-ния, выбирать подвижные игры и играть в них | Развитие этических чувств, доброжела­тельности и эмоцио­нально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос­лыми в разных социаль­ных ситуациях, умение не создавать конфлик­ты и находить выходы из спорных ситуаций |

**Материально-техническое обеспечение**

***1.Учебно-методическое обеспечение:***

- стандарт начального общего образования по физической культуре;

- примерные программы по учебным предметам. («Физическая культура. 1—4 классы»);

- рабочие программы по физической культуре;

- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;

- методические издания по физической культуре для учителей.

***2. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:***

- стенка гимнастическая;

- скамейки гимнастические;

- перекладина гимнастическая;

- канат для лазанья;

- комплект навесного оборудования (перекладины);

- маты гимнастические;

- мячи набивные (1 кг);

- скакалки гимнастические;

- мячи малые (резиновые, теннисные);

- обручи гимнастические;

- кольца пластмассовые разного размера;

- планка для прыжков в высоту;

- стойки для прыжков в высоту;

- рулетка измерительная;

- щиты с баскетбольными кольцами;

- большие мячи (резиновые, баскетбольные);

- стойки волейбольные;

- сетка волейбольная;

- мячи средние резиновые;

- аптечка медицинская.

**Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

***Классификация ошибок и недочетов,*** ***влияющих на снижение оценки***

***Мелкими ошибками*** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

***Значительные ошибки*** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

* старт не из требуемого положения;
* отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
* бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
* несинхронность выполнения упражнения.

***Грубые ошибки*** – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

***Характеристика цифровой оценки (отметки)***

***Оценка «5»*** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

***Оценка «4»*** выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

***Оценка «3»*** выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

***Оценка «2»*** выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

**Список литературы**

 1. Зимние подвижные игры. 1-4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2009.

2. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011.

3. Лях В. И. Физическая культура. Рабочие про­граммы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1—4тслассы: Пособие для учителя. М.: Просвещение, 2011.

4. Планируемые результаты начального общего образования / Под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логи­новой. М.: Просвещение, 2010.

5. Подвижные игры. 1—4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2007.

6. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 2 класс. М.: ВАКО, 2013.

7. Федеральный государственный образова¬тельный стандарт начального общего образования. М.: Просвещение, 2011.

8. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Источник: «Российская газета»; федеральный-выпуск № 5976 от 31.12.2012.

9. Физическая культура. 2 класс: Система уроков по учебнику А.П. Матвеева/Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. Волгоград: Учитель, 2012.

Лист коррекции

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока  | Дата проведения урока по плану | Фактическая дата проведения урока | Причина |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |