|  |  |
| --- | --- |
|  | Администрация города Дубны Московской областиУправление народного образования***Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение*** ***«Средняя общеобразовательная школа №5*** ***г. Дубны Московской области» («Школа №5»)*** |

«УТВЕРЖДАЮ»

директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 В.И.Стенгач

приказ №\_\_\_\_

от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО КУРСА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ИЗУЧАЕМОГО НА БАЗОВОМ УРОВНЕ

КЛАСС 2А

Балахнова Павла Игоревича

Рассмотрено на заседании

педагогического совета № 1

от 30.08.2020 года.

2020 год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к тематическому планированию по физической культуре**

**для учащихся 2 классов**

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана на основе авторской программы В. И. Лях «Физическая культура» и соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту начальногообщего образования (ФГОС НОО) утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 по физической культуре, ООП НОО МОУ СОШ № 5 г. Дубны..

Тип программы: базовая по физической культуре.

Реализация учебной программы обеспечивается учебником Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012., включенным в Федеральный Перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015 – 2016 учебный год.

Форма организации учебных занятий: классно-урочная система.

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание уроков строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

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

 Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

 Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников

**УМК учителя-** Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2009 г.

«Школа России».

**УМК обучающегося:**

 -Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2006.

-Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2006.

Уровень программы- базовый стандарт.

**Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы:** в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач:

**целью** **программы -** формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:**

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

 **Программа направлена на:**

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями .

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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

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

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

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

 — технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Структура и содержание рабочей программы**

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебного материала программы в соответствии с САНПИН (температурный режим), заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Спортивные игры», «Подвижные игры

*Учитель физической культуры имеет право вводить в учебный процесс дополнительные темы, сокращать или упрощать предлагаемый в программах учебный материал, при этом учителю необходимо избегать учебных перегрузок учащихся, не нарушая логику распределения программного содержания, не выходить за рамки Требований Государственного образовательного стандарта*.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

**Содержание курса**

***Знания о физической культуре***

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

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

**Из истории физической культуры*.*** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

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

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

***Способы физкультурной деятельности***

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

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

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

***Физическое совершенствование***

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

**Спортивно-оздоровительная деятельность*.***

***Гимнастика с основами акробатики.***

*Организующие команды и приемы.*Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации. Например:* 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

*Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

*Гимнастическая комбинация.* Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение, через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

*Опорный прыжок:* с разбега через гимнастического козла.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья иперелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

***Легкая атлетика.***

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

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

*Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

*Метание*: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

***Лыжные гонки.***

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

***Подвижные и спортивные игры.***

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

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

*На материале лыжной подготовки:* эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

*На материале спортивных игр:*

*Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

***Общеразвивающие упражнения***

*\* Данный материал используется для развития основных физических качеств и планируется учителем в зависимости от задач урока и логики прохождения материала.*

***На материале гимнастики с основами акробатики***

*Развитие гибкости:* широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

*Развитие координации:* произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

*Формирование осанки*: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

*Развитие силовых способностей:* динамические упражнения с переменой опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

***На материале легкой атлетики***

*Развитие координации:* бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

*Развитие быстроты:* повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

*Развитие выносливости:* равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6\_минутный бег.

*Развитие силовых способностей:* повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и

левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

***На материале лыжных гонок***

*Развитие координации:* перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

*Развитие выносливости:* передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

### Содержание тем учебного курса

**2 класс**

**Знания о физической культуре**

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

**Способы физкультурной деятельности**

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

**Физическое совершенствование**

***Гимнастика с основами акробатики***

*Акробатические упражнения:* кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

*Гимнастические упражнения прикладного характера:* лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

***Легкая атлетика***

*Прыжки* в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

***Лыжные гонки***

*Передвижения на лыжах:* одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным.

*Поворот* переступанием.

***Подвижные игры***

*На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

*На материале раздела «Легкая атлетика»:* «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

*На материале раздела «Лыжная подготовка»:* «Быстрый лыжник», «За мной».

*На материале спортивных игр:*

*Футбол:* удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

*Баскетбол:* специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

*Волейбол:* прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

***Общеразвивающие физические упражнения*** на развитие основных физических качеств.

##### Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

**2 класс**

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

* иметь представление:
* о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
* о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
* об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;
* уметь:
* составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
* выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
* проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
* составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
* вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
* демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 3).

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание в висе, кол-во раз | 5 | 4 | 3 |  |  |  |
| Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз |  |  |  | 12 | 8 | 5 |
| Прыжок в длину с места, см | 150 – 160 | 131 – 149 | 120 – 130 | 143 – 152 | 126 – 142 | 115 – 125 |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 5,8 – 5,6 | 6,3 – 5,9 | 6,6 – 6,4 | 6,3 – 6,0 | 6,5 – 5,9 | 6,8 – 6,6 |
| Бег 1000 м, мин. с | 5.00 | 5.30 | 6.00 | 6.00 | 6.30 | 7.00 |
| Ходьба на лыжах 1 км, мин. с | 8.00 | 8.30 | 9.00 | 8.30 | 9.00 | 9.30 |

#### 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.

***Формирование универсальных учебных действий:***

Личностные УДД

* Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
* Действие смыслообразования,
* Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

* Умение выражать свои мысли,
* Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
* Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
* Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
* Построение высказываний в соответствии с условиями коммутации.

Регулятивные УДД

* Целеполагание,
* волевая саморегуляция,
* коррекция,
* оценка качества и уровня усвоения.
* Контроль в форме сличения с эталоном.
* Планирование промежуточных целей с учетом результата.

***Познавательные универсальные действия:***

Общеучебные:

* Умение структурировать знания,
* Выделение и формулирование учебной цели.
* Поиск и выделение необходимой информации
* Анализ объектов;
* Синтез, как составление целого из частей
* Классификация объектов.

##### Требования к уровню подготовки обучающихся (повышенный уровень)

*Умение применить свои навыки в соревновательной деятельности на внешнем уровне.*

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование ― безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Таблица

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения** | **Количество** |
| **1.** | **Основная литература для учителя**  |  |
| **1.1.** | **Стандарт начального общего образования по физической культуре** | **Д** |
| **1.2.** | Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008. | **Д** |
| **1.3.** | **Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2006.** | **Ф** |
| **1.4.** | **Рабочая программа по физической культуре**  | **Д** |
| **2.** | **Дополнительная литература для учителя** |  |
| **2.1.** | **Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»** | **Ф** |
| **2.2.** | Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998. | **Д** |
| **2.3.** | Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методики физического воспитания 2001г. | **Д** |
| **2.4.** | Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г. | **Д** |
| **2.5.** | Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998. | **Д** |
| **2.6.** | Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006 | **Д** |
| **3.** | **Дополнительная литература для обучающихся** |  |
| **3.1.** | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению. | **Д** |
| **4.** | **Технические средства обучения** |   |
| 4.1. | Музыкальный центр | Д |
| 4.2. | Аудиозаписи | Д |
| **5.** | **Учебно-практическое оборудование** |   |
| 5.1. | Бревно гимнастическое напольное  | П |
| 5.2. | Козел гимнастический | П |
| 5.3. | Канат для лазанья | П |
| 5.4. | Перекладина гимнастическая (пристеночная) | П |
| 5.5. | Стенка гимнастическая | П |
| 5.6. | Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м) | П |
| 5.7. | Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты) | П |
| 5.8. | Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные | К |
| 5.9. | Палка гимнастическая | К |
| 5.10. | Скакалка детская | К |
| 5.11. | Мат гимнастический | П |
| 5.12. | Гимнастический подкидной мостик | Д |
| 5.13. | Кегли | К |
| 5.14. | Обруч пластиковый детский | Д |
| 5.15. | Планка для прыжков в высоту | Д |
| 5.16. | Стойка для прыжков в высоту | Д |
| 5.17. | Флажки: разметочные с опорой, стартовые | Д |
| 5.18. | Лента финишная |   |
| 5.19. | Рулетка измерительная | К |
| 5.20. | Набор инструментов для подготовки прыжковых ям |   |
| 5.21. | Лыжи детские (с креплениями и палками) | П |
| 5.22. | Щит баскетбольный тренировочный | Д |
| 5.23. | Сетка для переноски и хранения мячей | П |
| 5.24. | Сетка волейбольная | Д |
| 5.25. | Аптечка | Д |

**Д** – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);
**К** – полный комплект (для каждого ученика);
**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);
**П** – комплект

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Типурока | Кол-вочасов | Решаемыепроблемы | Планируемые результатыуниверсальные учебные действия | предметныезнания | Дата по плану | Дата по факту |
| 1 | 2 | 3 |  | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 1 | Правила пове-дения в спор-тивном залеи на спортивнойплощадке.Подвижная игра«Салки-дого-нялки» | Ввод-ный | 1 | Как вести себяв спортивном залеи на спортивнойплощадке?Цели: познако-мить с содержани-ем и организациейуроков физическойкультуры, с прави-лами поведенияв спортивном залеи на спортивнойплощадке | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия.*Личностные:* проявляют учебно-познавательный инте-рес к новому учебному материалу | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения в спор-тивном залеи на спортив-ной площадкена уроке;- самостоятель-но выполнятькомплекс утрен-ней гимнастики |  |  |
| 2 | Совершенство-вание строевыхупражнений.Обучение по-ложению высо-кого старта.Игра «Ловишка» | Изуче-ние но-вогомате-риала | 1 | Что такое шеренга,колонна? Какойдолжна быть спор-тивная форма?Цели: повторитькоманды «Стано-вись!», «Смирно!»,«Равняйсь!».Учить приниматьположение высо-кого старта | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение физического развитиядля человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:- выполнятькоманды на по-строения и пере-строения;- техническиправильно при-нимать положе-ние высокогостарта |  |  |
| 3 | Совершенство-вание строевыхупражнений.Обучение бегус высокого | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как выполняетсяпостроение в ко-лонну?Цели: повторитьпостроение в ше- | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок. | Научатся:- выполнять ор-ганизующиестроевые коман-ды и приемы; |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | старта на дис-танцию 30 м.Игра «Салкис домом» |  |  | ренгу, колонну;повторить поло-жение высокогостарта | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности; осуществляют самоана-лиз и самоконтроль результата | - выполнятьбег с высокогостарта |  |  |
| 4 | Развитие скоро-сти и ориента-ции в простран-стве. Контрольдвигательныхкачеств: чел-ночный бег5 х Ю.Игра «Гуси-лебеди» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Корректировкатехники челночно-го бега. Как вы-полнять поворотв челночном беге?Цели: учить бегус изменением на-правления движе-ния | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* адекватно воспринимают оценку учите-ля, сверстников.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:- техническиправильно дер-жать корпуси руки при бегев сочетаниис дыханием;- техническиправильно вы-полнять пово-рот в челноч-ном беге |  |  |
| 5 | Развитие вни-мания, мышле-ния при выпол-нении расчетапо порядку.Обучениепрыжкам вверхи в длинус места.Игра «Удочка» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как прыгать вверхи в длину с места?Цели: учить вы-полнять легкоатле-тические упраж-нения - вверхи в длину с места,соблюдая правилабезопасностиво время призем-ления; фиксиро-вать информациюоб измененияхв организме | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; самостоятельно выделяюти формулируют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; оце-нивают правильность выполнения действия; осуществ-ляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно вос-принимают оценку учителя.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьлегкоатлети-ческие упраж-нения;- технике дви-жения рук и ногв прыжкахвверх и в длину;- оцениватьвеличину на-грузки по час-тоте пульса |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  6 | Совершенство-вание строевыхупражнений.Объяснение по-нятия «физиче-ская культуракак системазанятий физи-ческими упраж-нениями».Игра «Жмурки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какая пользаот занятий физиче-ской культурой?Цели: учить пра-вильно выполнятьстроевые упражне-ния: повороты,ходьба «змейкой»,по кругу, по спи-рали | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; самостоятельно выделяюти формулируют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: осуществляют самоана-лиз и самоконтроль результата | Научатся:- характеризо-вать роль и зна-чение уроковфизическойкультуры дляукрепления здо-ровья;- выполнятьупражненияпо образцу учи-теля и показулучших учени-ков | Теку-щий |  |
| 7 | Развитие ловко-сти, вниманияв метании пред-мета на даль-ность.Разучиваниеигры «Ктодальше бросит» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнять ме-тание малого мяча(мешочка) на даль-ность?Цели: учить пра-вильной техникеметания | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния (метания);- техническиправильно дер-жать корпус,ноги и рукив метаниях | Теку-щий |  |
| 8 | Контроль дви-гательных ка-честв: метание.Эстафета «Замячом против-ника» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Метание предметана дальность.Цели: учить вы-полнять упражне-ния с соблюдениемочередности и пра-вил безопасности;взаимодействоватьв команде | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- техническиправильно вы-полнять мета-ние предмета;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(мета-ние) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  |
| 9 | Ознакомление | Про- | 1 | Когда появились | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- | Научатся: | Кон- |  |  |
|  | с историей воз- | верка |  | первые спортив- | руют познавательные цели. | - выполнять | троль |  |  |
|  | никновения | и кор- |  | ные соревнования? | *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей- | легкоатлетиче- | двига- |  |  |
|  | первых спор- | рекция |  | Цели: познако- | ствие после его завершения на основе его оценки и учета | ские упражне- | тель- |  |  |
|  | тивных сорев- | знании |  | мить с историей | характера сделанных ошибок. | ния; | ных |  |  |
|  | нований. | и уме- |  | возникновения | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- | - выполнять | качеств |  |  |
|  | Контроль дви- | ний |  | первых спортив- | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | упражнение, | (прыжки |  |  |
|  | гательных ка- |  |  | ных соревновании; | решению в совместной деятельности. | добиваясь ко- | в длину |  |  |
|  | честв: прыжки |  |  | учить правильно | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | нечного резуль- | с места) |  |  |
|  | в длину с места |  |  | выполнять прыжокс места | любие и упорство в достижении поставленных целей | тата |  |  |  |
| 10 | Обучение бегу | Ком- | 1 | Как увеличивать | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |  |
|  | с изменением | бини- |  | и уменьшать ско- | поставленных задач. | - выполнять | щий |  |  |
|  | частоты шагов. | рован- |  | рость бега? | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | легкоатлетиче- |  |  |  |
|  | Подвижные | ныи |  | Цели: учить вы- | при выполнении упражнении и участии в игре; прини- | ские упражне- |  |  |  |
|  | игры «Запре- |  |  | полнять игры раз- | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- | ния; | **.** |  |  |
|  | щенное движе- |  |  | миночного харак- | вляют итоговый и пошаговый контроль. | - выполнять |  |  |  |
|  | ние» и «Два |  |  | тера; развивать | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об- | упражнение |  |  |  |
|  | Мороза» |  |  | скоростно-силовыекачества, коорди-нацию движений | щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | по образцуучителя и по-казу лучшихучеников |  |  |  |
| 11 | Объяснение по- | При- | 1 | Какие основные | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо- | Научатся: | Теку- |  |  |
|  | нятия «физиче- | мене- |  | физические каче- | бов решения задач. | - понимать зна- | щий |  |  |
|  | ские качества». | ние |  | ства необходимо | *Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четко | чение развития |  |  |  |
|  | Развитие вни- | знании, |  | развивать? | следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон- | физических ка- |  |  |  |
|  | мания, мышле- | умений |  | Цели: развивать | троль; адекватно воспринимают оценку учителя. | честв для укре- |  |  |  |
|  | ния, двигатель- |  |  | внимание, лов- | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение | пления здоро- |  |  |  |
|  | ных качеств |  |  | кость при выпол- | и позицию; договариваются и приходят к общему реше- | вья; |  |  |  |
|  | посредством |  |  | нении игровых | нию в совместной деятельности. | - соблюдать |  |  |  |
|  | подвижных игр |  |  | упражнений | *Личностные:* понимают значение знаний для человека | правила взаи- |  |  |  |
|  |  |  |  |  | и принимают его; раскрывают внутреннюю позициюшкольника  | модействияс игроками |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  | 12 | Ознакомление | Ком- | **1** | Как подбирается | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |
|  | с основными | бини- |  | ритм и темп бега | поставленных задач; оценивают свои достижения, соот- | - правильно | щий |  |
|  | способами раз- | рован- |  | на различных дис- | носят изученные понятия с примерами. | распределять |  |  |
|  |  | вития выносли- | ныи |  | танциях? | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии | силы при дли- |  |  |
|  | вости. Развитие |  |  | Цели: учить само- | с поставленной задачей и условиями ее реализации. | тельном беге; |  |  |
|  | двигательных |  |  | стоятельно подби- | *Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво- | - оценивать |  |  |
|  | качеств в беге |  |  | рать собственный, | его действия. | величину на- |  |  |
|  | на различные |  |  | наиболее эффек- | *Личностные:* проявляют положительные качества | грузки по час- |  |  |
|  | дистанции |  |  | тивный ритми темп бега | личности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | тоте пульса |  |  |
|  | Развитие скоро- | Про- | 1 | Как правильно | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют | Научатся: | Кон- |  |
|  | 13 | стных качеств | верка |  | стартовать и фи- | и решают учебную задачу. | - выполнять | троль |  |
|  | в беге на раз- | и кор- |  | нишировать? | *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе | легкоатлетиче- | двига- |  |
|  | личные дистан- | рекция |  | Цели: учить пра- | с учителем; вносят изменения в план действия. | ские упражне- | тель- |  |
|  | ции. Контроль | знании |  | вильной технике | *Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей- | ния; | ных |  |
|  | двигательных | и уме- |  | бега; выполнять | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | - соблюдать | качеств |  |
|  | качеств: бег | нии |  | разминочный бег | решению в совместной деятельности. | правила пове- | (бег |  |
|  | на 30 метров |  |  | в различном темпе | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | дения и преду- | на 30 м) |  |
|  | с высокого |  |  |  | трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | преждения |  |  |
|  | старта |  |  |  |  | травматизмаво время вы-полненияупражнений |  |  |
| 14 | Правила безо- | Ком- | 1 | Как вести себя | *Познавательные:* используют общие приемы решения | Научатся: | Теку- |  |
|  | пасного поведе- | бини- |  | на уроках с исполь- | поставленных задач. | - соблюдать | щий |  |
|  | ния во время | рован- |  | зованием спортив- | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | правила безо- |  |  |
|  | упражнении | ныи |  | ного инвентаря? | при выполнении упражнений и участии в игре; прини- | пасного пове- |  |  |
|  | со спортивным |  |  | Цели: учить вы- | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест- | дения; |  |  |
|  | инвентарем. |  |  | полнять общераз- | вляют итоговый и пошаговый контроль. | - соблюдать |  |  |
|  | Развитие коор-динационныхспособностейв общеразвива- |  |  | вивающие упражнения в движении и на месте;совместнм командным | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо- | правила взаи-модействияс игроками |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |  |
|  | ющих упражне- |  |  | действиям во вре- | любие и упорство в достижении поставленных целей; |  |  |  |  |
|  | ниях. Разучива- |  |  | мя игры | умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- |  |  |  |  |
|  | ние подвижной |  |  |  | ми и взрослыми |  |  |  |  |
|  | игры «Охотник |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | и зайцы» |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Обучение пере- | Про- | 1 | Как выполнять пе- | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируют | **Научатся:** | Кон- |  |  |
|  | строению в две | верка |  | рестроение в две | и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре- | - выполнять | троль |  |  |
|  | шеренги, в две | и кор- |  | шеренги, две ко- | зультат действия. | организующие | двига- |  |  |
|  | колонны. Кон- | рекция |  | лонны? | ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе | строевые | тель- |  |  |
|  | троль двига- | знаний |  | **Цели:** учить вы- | с учителем; вносят изменения в план действия. | команды | ных |  |  |
|  | тельных ка- | и уме- |  | полнять упражне- | ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей- | и приемы; | качеств |  |  |
|  | честв: поднима- | ний |  | ния по команде | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | - выполнять | (под- |  |  |
|  | ние туловища |  |  | учителя и доби- | решению в совместной деятельности. | упражнение, | нима- |  |  |
|  | за 30 секунд. |  |  | ваться правильного | ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- | добиваясь ко- | ние |  |  |
|  | Разучивание |  |  | выполнения; учить | любие и упорство в достижении поставленных целей; | нечного резуль- | туло- |  |  |
|  | подвижной иг- |  |  | поднимать туло- | умеют управлять эмоциями при общении со сверстника- | тата | вища) |  |  |
|  | ры «Волна» |  |  | вище из положениялежа на скорость | ми и взрослыми |  |  |  |  |
| 16 | Совершенство- | Ком- | 1 | Развитие коорди- | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули- | **Научатся:** | Теку- |  |  |
|  | вание выполне- | бини- |  | нации. Как пра- | руют познавательные цели. | - выполнять | щий |  |  |
|  | ния упражнения | рован- |  | вильно выполнять | ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в дей- | упражнение |  |  |  |
|  | «вис на гимна- | ный |  | вис на гимнастиче- | ствие после его завершения на основе его оценки и учета | по образцу |  |  |  |
|  | стической стен- |  |  | ской стенке? | характера сделанных ошибок. | учителя и по- |  |  |  |
|  | ке на время». |  |  | **Цели:** развивать | ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей- | казу лучших |  |  |  |
|  | Развитие памя- |  |  | координационные | ствия партнера; договариваются и приходят к общему | учеников; |  |  |  |
|  | ти и внимания |  |  | способности, силу | решению в совместной деятельности. | - организовы- |  |  |  |
|  | в игре «Отга- |  |  | и ловкость при вы- | ***Личностные:*** ориентируются на понимание причин | вать и прово- |  |  |  |
|  | дай, чей голос» |  |  | полнении висана время | успеха в учебной деятельности | дить подвиж-ные игры в по-мещении |  |  |  |
| 17 | Развитие коор- | Ком- | 1 | Корректировка | *Познавательные:* используют общие приемы решения | **Научатся:** | Теку- |  |  |
|  | динационных | бини- |  | техники выполне- | поставленных задач. | — соблюдать | щий |  |  |
|  | способностей | рован- |  | ния перекатов. | *Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачу | правила пове- |  |  |  |
|  | в упражнениях | **пый** | **Цели:** развивать | при выполнении упражнений и участии в игре; прини- | дения **и** преду- |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | гимнастикис элементамиакробатики. Со-вершенствова-ние техникивыполнения пе-рекатов.Подвижная игра«Передача мячав тоннеле» |  |  | координационныеспособности, силу,ловкость при вы-полнении упраж-нений гимнастикии акробатики | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | преждениятравматизмаво время вы-полнения уп-ражнений;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками |  |  |
| 18 | Совершенство-вание техникикувырка вперед.Развитие коор-динационных,скоростно-сило-вых способно-стей в круговойтренировке | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно вы-полнять заданиякруговой трени-ровки?Цели: учить пра-вильно выполнятьзадания круговойтренировки длязакрепления учеб-ного материала | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:- координиро-вать перемеще-ние рук при вы-полнении ку-вырка вперед;- соблюдатьправила преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически-ми упражнени-ями;- регулироватьфизическуюнагрузку | Теку-щий |  |
| 19 | Совершенство-вание техникиупражнения«стойка на ло-патках». | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие правилабезопасного пове-дения необходимознать и соблюдатьпри выполнении | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия. | Научатся:- соблюдатьправила преду-преждениятравматизма | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Развитие ловко-сти и координа-ции в подвиж-ной игре «По-садка картофеля» |  |  | упражнений гим-настики?**Цели:** учить вы-полнять упражне-ния со страховкой | *Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, в том числев ситуации столкновения интересов.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | во время заня-тий физически-ми упражне-ниями;- выполнятьупражнение, до-биваясь конеч-ного результата |  |  |
| 20 | Развитие гибко-сти в упражне-нии «мост». Со-вершенствова-ние выполненияупражненийакробатикив различныхсочетаниях | Ком-бини-рован-ный | 1 | Корректировкатехники выполне-ния упражнения«мост».**Цели:** развиватькоординационныеспособности, силу,ловкость в упраж-нениях поточнойтренировки | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво-его действия.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры в по-мещении;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 21 | Обучение ходь-бе по гимнасти-ческой скамей-ке различнымиспособами.Контроль дви-гательных ка-честв: наклонвперед из поло-жения стоя | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Каковы правилавыполнения на-клонов различны-ми способами?**Цели:** развиватькоординацию дви-жений, равновесиев ходьбе по ска-мейке; развиватьгибкость в наклонеиз положения стоя | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:**- выполнятьупражнения дляразвития ловко-сти и координа-ции | Кон-трольдвига-тельныхкачеств(на-клоныиз поло-жениястоя) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 22 | Развитие коор-динации дви-жений, ловко-сти, вниманияв лазанье по на-клонной лест-нице, гимна-стической ска-мейке.Игра на внима-ние «Запрещен-ное движение» | Изуче-ниеновогомате-риала | I | Какие существуютупражнения дляразвития коорди-нации?Цели: совершен-ствовать уменияперемещатьсяпо горизонтальнойи наклонной ска-мейке; учить ха-рактеризовать фи-зические качества:силу, координацию | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четкоследуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон-троль; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:перемещатьсяпо горизон-тальной и на-клонной по-верхности раз-личными спо-собами;- соблюдатьправила безо-пасного пове-дения во времязанятий физи-ческими упраж-нениями | Теку-щий |  |
| 23 | Контроль дви-гательных ка-честв: подтяги-вания на низкойперекладинеиз виса лежа.Разучиваниеподвижной иг-ры «Конники-спортсмены» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Какие качестваразвиваются приподтягиваниина перекладине?Цели: учить вы-полнять прямойхват при подтяги-вании; совершен-ствовать акробати-ческие упражне-ния - перекаты,«стойку на лопат-ках» | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, контролиру-ют действие партнера.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:выполнятьсерию акроба-тических упраж-нений;соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически-ми упражне-ниями | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(подтя-гиваниеиз висалежа) |  |
| 24 | Развитие равно-весия в упраж-нениях «цапля»,«ласточка». | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнятьупражнения в рав-новесии?Цели: учить выпол- | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми. | Научатся:- выполнятьупражненияв равновесии | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучиваниеигры «Прокатибыстрее мяч» |  |  | нять игровыеупражненияиз подвижныхигр разной функ-циональной на-правленности | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия.***Личностные:*** ориентируются на самоанализ и самокон-троль результата | на ограничен-ной опоре;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры |  |  |
| 25 | Обучение висамуглом на пере-кладине и гим-настическойстенке.Развитие вни-мания, памяти,координациидвиженийв подвижнойигре «Что изме-нилось?» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Висы углом на пе-рекладине и гимна-стической стенке.**Цели:** учить пра-вильному положе-нию при выполне-нии виса углом | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:**- выполнятьупражнения дляукреплениямышц брюшно-го пресса;- характеризо-вать роль и зна-чение уроковфизическойкультуры дляукрепления здо-ровья | Теку-щий |  |
| 26 | Объяснениезначения физ-культминутокдля укрепленияздоровья, прин-ципов их по-строения. Со-вершенствова-ние кувыркавперед | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Правила составле-ния комплексаупражнений дляфизкультминутки.**Цели:** учить прин-ципам построенияфизкультминутки;развивать коорди-нацию движенийпри выполнениикувырков вперед | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- самостоятель-но составлятькомплексупражненийдля физкульт-минуток;- выполнятьупражнение,добиваясь ко-нечного резуль-тата | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 27 | Развитие гибкости в глубокихвыпадах, на-клонах впередиз положениястоя, сидяна полу, упраж-нениях «мост»,«полушпагат».Развитие пры-гучести в эста-фете «Веревоч-ка под ногами» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как развивать гиб-кость тела?Цели: учить вы-полнять упражне-ния на растяжкумышц в разныхположениях | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:- самостоятель-но подбиратьупражнения дляразвития гибко-сти;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 28 | Развитие коор-динации движе-ний, внимания,ориентировкив пространствев строевыхупражнениях.Обучениеупражнениямс гимнастиче-скими палками.Разучиваниеупражненийэстафеты с гим-настическимипалками | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Правила проведе-ния разминки с гимнастическимипалками. Какиесуществуют стро-евые команды?Цели: учить вы-полнять упражне-ния по командеучителя и доби-ваться четкогои правильноговыполнения | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми | Научатся:правильнооценивать дис-танцию и ин-тервал в строю,ориентировать-ся в простран-стве;соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 29 | Объяснениезначения пра-вил безопасно-сти в подвиж- | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие действияв игре чаще всегоприводят к трав-мам? | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четкоследуют ей: осуществляют итоговый и пошаговый | Научатся:- выполнять се-рию упражне-ний акробатики; | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ных играх. Раз-витие координа-ции движений,ловкости, вни-мания в упраж-нениях акроба-тики |  |  | Цели: учить вы-полнять правилаигры, контролиро-вать свои действияи наблюдатьза действиямидругих игроков | контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | - соблюдатьправила безо-пасного пове-дения в под-вижной игре |  |  |
| 30 | Объяснениезначения зака-ливания дляукрепленияздоровья и спо-собов закалива-ния.Обучение пра-вилам страховки | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какие существуютспособы закалива-ния?**Цели:** учить вы-полнению правилстраховки и помо-щи при выполне-нии упражнений | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**самостоятель-но подбиратьметоды и при-емы закалива-ния;выполнятьупражнениясо страховкойпартнера | Теку-щий |  |
| 31 | Развитие равно-весия и коорди-нации движе-ний в упражне-ниях полосыпрепятствий.Игра «Ногина весу» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Организационныеправила безопас-ной полосы пре-пятствий.**Цели:** развиватьравновесие и коор-динацию в ходьбепо скамейке с пе-решагиваниемпредметов, по тон-кой линии, про-ползая и перелезаячерез препятствия | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются о распределении функ-ций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:** выполнятьупражненияна гимнастиче-ской скамейке;соблюдатьправила безо-пасного пове-дения в упраж-нениях полосыпрепятствий | Теку-щий1 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 32 | Совершенство-вание прыжковсо скакалкой.Игра «Удочка» | При-мене-ниезнаний,умений | 1 | Какие качестваразвивают прыжкисо скакалкой?**Цели:** учить вы-полнять прыжкисо скакалкой раз-личными спосо-бами | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.***Личностные:*** понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | **Научатся:**соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво времявыполненияпрыжковсо скакалкой | Теку-щий |  |
| 33 | Разучиваниеигровых дейст-вий эстафетс обручем, ска-калкой. Обуче-ние выполне-нию строевыхкоманд в раз-личных ситуа-циях | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно пе-редать и принятьэстафету?**Цели:**учитьвыполнять беги прыжки в эста-фете для закрепле-ния учебногоматериала | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четкоследуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон-троль; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:**техническиправильно вы-полнять упраж-нения с обру-чем и скакал-кой;соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | Теку-щий |  |
| 34 | Развитие силыи ловкостив лазаньеи перелезаниипо гимнастиче-ской стенке. | Ком-бини-рован-ный | **1** | Как развивать вы-носливостьи быстроту?**Цели:** закрепитьнавыки выполне-ния упражнений | ***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль. | **Научатся:**распределятьсвои силыво время лаза-нья и перелеза-ния по гимна- | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучиваниекомплексаупражненийдля формирова-ния правильнойосанки |  |  | на гимнастическойстенке; контроли-ровать осанку | ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:*** ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности; правильно идентифици-руют себя с позицией школьника | стической стен-ке;выполнятьупражненияпо профилакти-ке нарушенияосанки |  |  |
| 35 | Совершенство-вание упражне-ний гимнасти-ки: «стойкана лопатках»,«мост», «лодоч-ка», «рыбка».Развитие вы-носливостив упражненияхполосы препят-ствий | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как развивать вы-носливость припреодолении поло-сы препятствий?**Цели:** учить со-блюдать правилабезопасного пове-дения в упражне-ниях полосы пре-пятствий | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:*** понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | **Научатся:**самостоятель-но контролиро-вать качествовыполненияупражненийгимнастики | Теку-щий |  |
| 36 | Совершенство-вание навыковперемещенияпо гимнастиче-ским стенкам,кувырки вперед.Подвижная игра«Ноги на весу» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как безопасноперемещатьсяпо гимнастиче-ским стенкам?**Цели:** развиватьсилу, ловкость,координациюв лазанье и переле-зании по гимна-стической стенке | ***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво-его действия.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:** соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | Теку-щий |  |
| 37 | Развитие силы,выносливостив лазанье по ка-нату. Совер-шенствование | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие правилабезопасности нуж-но соблюдать привыполнении лаза-нья по канату? | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четкоследуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый кон-троль; адекватно воспринимают оценку учителя. | **Научатся:**выполнятьлазанье по ка-нату в триприема; | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | j | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | упражненийс гимнастиче-скими палками.Разучиваниеигры «Веревоч-ка под ногами» |  |  | Цели: закреплятьнавык выполненияразминки с гимна-стическими пал-ками | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* пони.мают значение знаний для человекаи принимают его; раскрывают внутреннюю позициюшкольника | соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой |  |  |
| 38 | Ознакомлениес правиламибезопасностив упражненияхс мячами. Разу-чивание обще-развивающихупражненийс мячами. Со-вершенствова-ние броскаи ловли мяча.Подвижная игра«Вышибалы» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как развивать вы-носливость и бы-строту?Цели: учить быст-рому движениюпри броске мяча;развивать двига-тельные качества,выносливость, бы-строту при прове-дении подвижныхигр | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; используют общие приемы решения постав-ленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:выполнятьброски и ловлюмяча разнымиспособами;организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |
| 39 | Обучение бро-скам и ловлемяча в паре.Подвижная игра«Мяч соседу» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно ло-вить мяч послеброска партнера?Цели: учить взаи-модействоватьс партнеромво время броскаи правильной лов-ли мяча | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своимсверстникам, умеют находить с ними общий язык и об-щие интересы | Научатся:соблюдатьправила взаи-модействияс партнером;организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 40 | Обучение раз-личным спосо-бам бросковмяча одной ру-кой.Разучиваниеподвижной иг-ры «Мяч сред-нему» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие бывают спо-собы бросков мячаодной рукой?Цели: учить бро-сать мяч одной ру-кой и попадатьв цель | *Познавательные:* определяют, где применяются дейст-вия с мячом; используют общие приемы решения постав-ленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон-троль результата | Научатся:техническиправильновыполнять бро-сок мяча;соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 41 | Обучение упраж-нениям с мячому стены.Подвижная игра«Охотникии утки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила ловли от-скочившего от сте-ны мяча.Цели: учить пра-вильно ставить ру-ки при ловле мяча | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии спосо-бов решения задач.*Регулятивные:* принимают инструкцию педагога и четкоследуют ей; адекватно воспринимают оценку учителя.*Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:выполнятьброски в стенуи ловлю мячана месте и в дви-жении | Теку-щий |  |
| 42 | Обучение тех-нике ведениямяча на месте,в движениипо прямой,по дуге.Подвижная игра«Мяч из круга» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как правильно вы-полнять ведениемяча?Цели: учить вы-полнять ведениемяча на местеи в движении, кон-тролировать своеэмоциональноесостояние во вре-мя игры | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:отбивать мячот пола на мес-те и в движе-нии;характеризо-вать роль и зна-чение занятийфизкультуройдля укрепленияздоровья | Теку-щий |  |
| 43 | Совершенство-вание техникивыполнения | Комби-ниро-ванный | 1 | Техника выполне-ния бросков мячав кольцо. | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствии | Научатся:бросать мячв цель с пра- | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | бросков мячав кольцо спосо-бом «снизу».Подвижная игра«Мяч соседу» |  |  | Цели: закреплятьнавык выполнениябросков мячав кольцо способом«снизу» | с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | вильной поста-новкой рук;выполнятьупражнение,добиваясь ко-нечного резуль-тата |  |  |
| 44 | Совершенство-вание техникивыполнениябросков мячав кольцо спосо-бом «сверху».Подвижная игра«Бросок мячав колонне» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие бывают спо-собы выполнениябросков мячав кольцо?Цели: закреплятьнавык выполнениябросков мячав кольцо способом«сверху» | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:выполнятьброски мячав кольцо спосо-бом «сверху»;организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры в по-мещении;-соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 45 | Обучение бас-кетбольнымупражнениямс мячом в парах.Подвижная игра«Гонки мячейв колоннах» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как выполнятьбросок мяча в кор-зину после веденияи остановки в двашага?Цели: учить тех-нике выполнениябросков мячав кольцо послеведения, послеприема мячаот партнера | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют, где применяются дей-ствия с мячом.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | Научатся:выполнятьброски мячав кольцо раз-ными способа-ми;взаимодейст-вовать со свер-стникамипо правиламв играх с мячом | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 46 | Обучение веде-нию мяча с пе-редвижениемприставнымишагами.Подвижная игра«Антивышиба-лы» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Каким боком удоб-нее передвигатьсяпри ведении мячаправой рукой?Цели: развиватьловкость и коор-динацию при вы-полнении ведениямяча в движении | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:отбивать мячот пола, пере-двигаясь при-ставным шагом;выполнятьостановку прыж-ком | Теку-щий |  |
| 47 | Совершенство-вание бросковнабивного мячаиз-за головы.Подвижная игра«Вышибалымаленькимимячами» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнятьбросок набивногомяча на дальность?Цели: правильновыполнять движе-ния руками приброске набивногомяча | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:бросать мячв цель с пра-вильной поста-новкой рук | Теку-щий |  |
| 48 | Контроль дви-гательных ка-честв: бросокнабивного мячаиз-за головы.Подвижная игра«Вышибалы» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как вести контрольза развитием дви-гательных качеств?Цели: учить пра-вильно выполнятьбросок набивногомяча | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются и при-ходят к общему решению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:техническиправильно вы-полнять бросокнабивного мяча;взаимодейст-вовать со свер-стникамипо. правиламв играх с мячом | Кон-трольдвига-тель-ных ка-честв(броскинабив-ногомяча) |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 49 | Объяснениеправил безопас-ного поведенияна уроках лыж-ной подготовки.Разучиваниеигры «По мес-там» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какие командыследует знать припереносе и надева-нии лыж?Цели: учить вы-полнять командыс лыжами в руках,в переносе лыж,надевании лыж;выполнять движе-ние на лыжах | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильновыполнять дви-жение на лы-жах;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время занятийфизкультурой | Теку-щий |  |
| 50 | Закреплениенавыков ходьбына лыжах раз-ными спосо-бами.Игра «Пере-стрелка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно на-девать лыжи, про-верять крепления?Цели: совершен-ствовать техникуступающегои скользящегошага на лыжахбез палок | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своимсверстникам, умеют находить с ними общий язык и об-щие интересы | Научатся:- техническиправильно вы-полнять ходьбуи поворотына лыжах при-ставными ша-гами | Теку-щий |  |
| 51 | Развитие коор-динационных,скоростныхи силовых спо-собностейво время про-хождения дис-танции на лыжах. | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнять об-гон на дистанции?Цели: учитьпадению на бокна месте и в дви-жении под уклон | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас- | Научатся:- передвигать-ся на лыжахпо дистанции;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждения | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Обучение пово-ротам на местепереступаниемвокруг носкови пяток |  |  |  | пределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | травматизмаво время заня-тий физкульту-рой |  |  |
| 52 | Совершенство-вание уменияпередвигатьсяскользящим ша-гом по дистан-ции до 1000 м.Разучиваниеигры «Охотни-ки и олени» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как правильно но-сить лыжи?**Цели:** развиватьвыносливость, за-крепить умениераспределять силына дистанции | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**— передвигатьсясвободнымскользящимшагом;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 53 | Обучениена лыжах подъ-ему различны-ми способами,спуску в основ-ной стойкеи торможениюпалками | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Как правильно ра-ботать лыжнымипалками?**Цели:** развиватькоординационныеспособности приспуске на лыжах;учить выполнятьна лыжах поворо-ты и шаги в сторо-ну приставнымишагами | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.***Коммуникативные:*** задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:**- выполнятьна лыжах подъ-ем всеми изу-ченными спо-собами | Теку-щий |  |
| 54 | Совершенство-вание навыкаспуска на лы-жах в основной | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильнопровести разминкуперед прохожде-нием дистанции? | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини- | **Научатся:**- техническиправильновыполнять | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | стойке и подъ-ема на неболь-шое возвыше-ние.Подвижная игра«Кто дольшепрокатитсяна лыжах» |  |  | Цели: развиватьскоростно-силовыеспособности; кор-ректировать тех-нику продвиженияна лыжах | мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | спуск и подъемна лыжах;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игрына улице |  |  |
| 55 | Освоение тех-ники лыжныхходов. Обуче-ние поперемен-ному двухшаж-ный ходуна лыжах безпалок и с пал-ками | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какой интервалнеобходимо со-блюдать при оче-редном стартена лыжах?Цели: развиватьловкость, силу,скорость при ходь-бе на лыжах | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научится:- техническиправильновыполнятьлыжные ходы;- держать ин-тервал при пе-редвижениина лыжах • | Теку-щий |  |
| 56 | Обучение пово-ротам пристав-ными шагами.Совершенство-вание спускана лыжахв основнойстойке и подъе-ма, торможенияпадением | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как избежатьстолкновений приспуске с горки?Цели: развиватькоординационныеспособности приспуске на лыжах | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | Научатся:- выполнятьповоротына лыжахизученнымиспособами | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 57 | Совершенство-вание поворо-тов на местепереступаниемвокруг носкови пяток на лы-жах. Обучениепадению на бокна месте и в дви-жении подуклон. Игра«День и ночь» | Ком-бини-рован-ный | 1 | В каких случаяхприменяется тор-можение падениемна лыжах?**Цели:** развиватькоординационныеспособности приходьбе на лыжах | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение знаний для человекаи принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрываютвнутреннюю позицию школьника | **Научатся:**- выполнятьдвижениена лыжахпо дистанциис поворотами | Теку-щий |  |
| 58 | Совершенство-вание уменияпередвиженияскользящим ша-гом по дистан-ции до 1000 м.Подвижная игра«Охотникии олени» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как распределятьсилы при передви-жении на лыжахна больших дис-танциях?**Цели:** развиватьвыносливостьв передвиженияхна лыжах на боль-шое расстояние | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- передвигатьсяна лыжах сво-бодным сколь-зящим шагом | Теку-щий |  |
| 59 | Совершенство-вание подъемана лыжах. Раз-витие выносли-вости в движе-нии на лыжахпо дистанциидо 1500 м | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие бывают спо-собы подъемана склон?**Цели:** совершен-ствовать навыкпередвиженияна лыжах на подъ-еме; развивать си-лу, выносливость,координацию дви-жений | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- передвигать-ся на лыжахпо дистанциис подъемамии спусками | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 60 | Развитие вни-мания, двига-тельных качествпосредствомподвижных игрна лыжах и безлыж.Разучиваниеподвижной иг-ры «На буксире» | При-мене-ниезнаний,умений | 1 | Как самостоятель-но выполнять дви-жение на лыжах?Цели: закрепитьнавыки лыжнойподготовки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильновыполнятьходьбу на лы-жах разнымиспособами;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 61 | Обучение пере-даче мяча в па-рах.Подвижная игра«Мяч из круга» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас-ности на урокахв спортивном залес мячами.Цели: учить вы-полнению броскови ловле волейболь-ного мяча двумяруками над голо-вой | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьброски и ловлюволейбольногомяча двумя ру-ками над голо-вой | Теку-щий |  |
| 62 | Обучение бро-скам и ловлемяча черезсетку.Игра «Перекиньмяч» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какие бываютигры с мячомна площадкес сеткой?Цели: учить вы-полнять броскимяча через сеткуи ловлю высоколетящего мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять броскимяча черезсетку | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 63 | Обучение бро-скам мяча черезсетку двумя ру-ками от груди,из-за головы,снизу.Разучиваниеподвижной иг-ры «Выстрелв небо» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Правила игрыв пионербол.**Цели:** учить пра-вильно ставитьруки при броскахи ловле мяча | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьброски мячачерез сеткудвумя рукамиот груди, из-заголовы, снизу | Теку-щий |  |
| 64 | Обучение пода-че двумя рукамииз-за головы.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как перемещатьсяпо площадке?**Цели:** учить пода-вать мяч черезсетку; выполнятькоманды при пе-ремещении по пло-щадке | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия; договариваются и приходят к общему ре-шению в совместной деятельности.***Личностные:*** ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | **Научатся:**- выполнятьподачу мячачерез сетку;- перемещатьсяпо площадкепо команде«переход» | Теку-щий |  |
| 65 | Обучение пода-че мяча черезсетку одной ру-кой.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как ведется счетв игре пионербол?**Цели:** учить пода-вать мяч через сет-ку одной рукой | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* оказывают бескорыстную помощь своимсверстникам, умеют находить с ними общий язык и об-щие интересы | **Научатся:**- выполнятьброски мячачерез сетку раз-личными спо-собами;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 66 | Ловля высоколетящего мяча.Взаимодействиев команде.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как добиться ко-мандной победы?Цели: учить иг-рать в команде | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- ловить высоколетящий мяч; -взаимодейство-вать в команде;- оцениватьи контролиро-вать игровуюситуацию | Теку-щий |  |
| 67 | Совершенство-вание подачи,передачи бро-сков и ловлимяча черезсетку.Игра в пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила подачии передачи мячачерез сетку.Цели: учить иг-рать в пионерболв соответствиис правилами | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры с мя-чом;— соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 68 | Обучение ве-дению мячавнутреннейи внешней ча-стью подъеманоги по прямойлинии | Изуче-ние но-вогомате-риала | 1 | Какие правилабезопасностиво время игрыв футбол?Цели: учить веде-нию мяча ногами;навыкам безопас-ного обучения эле-ментам футбола | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение физического развитиядля человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:- техническиправильно вы-полнять ведениемяча ногами;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 69 | Обучение веде-нию мяча внут-ренней и внеш-ней частьюподъема ногипо дуге с оста-новками по сиг-налу.Подвижная игра«Гонка мячей» | Ком-бини-ро ван-ный | 1 | Как распределитьроли игроков фут-больной команды?**Цели:** учить веде-нию мяча ногамиразличными спо-собами | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьведение мячаногами по дугеразличнымиспособами;— самостоятель-но распределятьроли игроковв команде | Теку-щий |  |
| 70 | Обучение веде-нию мяча внут-ренней и внеш-ней частьюподъема ногимежду стойка-ми с обводкойстоек.Разучивание иг-ры «Слаломс мячом» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Какие нарушениябывают при игрев футбол, приво-дящие к травмам?**Цели:** учить иг-рать в футболв соответствиис правилами безо-пасности | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-ми и взрослыми | **Научатся:**- организовы-вать и прово-дить игрус элементамифутбола;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 71 | Обучение уме-нию останавли-вать катящийсямяч внутреннейчастью стопы.Разучиваниеигры «Фут-больный биль-ярд» | Изуче-ниеновогомате-риала | 1 | Что такое пенальтии за что его назна-чают?**Цели:** учить тех-нике веденияи остановки мяча;взаимодействоватьс партнером в игрев футбол | ***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия; договариваются и приходят к общему ре-шению в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | **Научатся:**- играть в фут-бол в штрафнойплощадкепо правиламбезопасногоповедения | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 72 | Обучение пере-даче и приемумяча ногамив паре на местеи в продвиже-нии. Разучива-ние игры «Бро-сок ногой» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие обязанностиу капитана коман-ды?Цели: учить тех-нике передачии приему мячав паре | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- техническиправильно вы-полнять эле-менты игрыв футбол;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | Теку-щий |  |
| 73 | Броски малогомяча в горизон-тальную цель.Игра в мини-футбол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как рассчитатьсилу броска мяча?Цели: учить бро-скам малого мячав горизонтальнуюцель | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия; договариваются и приходят к общему ре-шению в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- техническиправильно вы-полнять бросокмалого мячав горизонталь-ную цель | Теку-щий |  |
| 74 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: бросокмалого мячав горизонталь-ную цель.Игра «Быстраяподача» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как контролиро-вать развитие дви-гательных качеств?Цели: учить вы-полнять броскимяча | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и ре-зультат действия.*Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия; договариваются и приходят к общему ре-шению в совместной деятельности.*Личностные:* ориентируются на понимание причинуспеха в учебной деятельности | Научатся:- метать мячв цель с пра-вильной поста-новкой руки | Кон-трольдвига-тель-ныхкачеств(броскималогомяча) |  |
| 75 | Развитие коор-динационных | Ком-бини- | 1 | Как совершенство-вать выполнение | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач. | Научатся:-технически | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | способностейв кувырках впе-ред и назад.Подвижная игра«Посадка кар-тофеля» | рован-ный |  | кувырка назад?Цели: развиватьвнимание, лов-кость, координа-цию при выполне-нии кувырков | *Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* используют речь для регуляции сво-его действия; договариваются о распределении функцийи ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | правильно вы-полнять раз-личные видыкувырков;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ную игру |  |  |
| 76 | Развитие вни-мания, мышле-ния, двигатель-ных качествпосредствомсерии акробати-ческих упраж-нений.Игра «Ногина весу» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Что общего привыполнении раз-личного вида сто-ек?Цели: закрепитьнавык самостоя-тельного выполне-ния упражненийакробатики поточ-ным методом | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- техническиправильно вы-полнять стойкуна лопатках,на голове,на рукаху опоры | Теку-щий |  |
| 77 | Развитие вни-мания, мышле-ния, координа-ционных спо-собностейв упражненияхс гимнастиче-скими палками.Развитие ловко-сти в игре-эста-фете с гимна-стическимипалками | При-мене-ниезнаний,умений | 1 | Правила безопас-ного выполненияупражнений с гим-настическими пал-ками.Цели: закрепитьнавык выполненияобщеразвива-ющих упражне-ний в группе | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение физического развитиядля человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:- выполнятьобщеразвива-ющие упражне-ния в групперазличнымиспособами;- самостоятель-но вести под-счет общераз-вивающихупражнений | Теку-щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 78 | Развитие коор-динационныхспособностейв упражненияхакробатики.Игра с мячами«Передал - са-дись» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно вы-полнять стойкуна руках у опорыи без нее?**Цели:**учить стой-ке на руках у сте-ны и со страховкойпартнера | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**-техническиправильно вы-полнять стойкуна руках;- самостоятель-но проводитьразминкув движении па-рами | Теку-щий |  |
| 79 | Совершенство-вание упражне-ний акробатикипоточным ме-тодом. Развитиесилы, ловкостив круговой тре-нировке.Игра «Ногина весу» | При-мене-ниезнаний,умений | 1 | Акробатическиеупражненийв различныхсочетаниях.**Цели:** развиватьскоростные каче-ства, ловкость,внимание в акро-батических упраж-нениях и круговойтренировке | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются о распределении функ-ций и ролей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | 4ч.29.03 | 29.03 |
| 80 | Развитие коор-динационныхспособностейпосредствомвыполненияупоров на ру-ках.Игра «Пустоеместо» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какова этапностьпри обучениистойкам на головеи руках?**Цели:** развиватькоординациюв упорах на руках | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют цели и способы их осуществления.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьупражнениядля развитияловкости и ко-ординации | 31.03 | 31.03 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 81 | Совершенство-вание прыжкав длину с места.Игра «Коньки-горбунки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Индивидуальныепоказатели физи-ческого развитияи двигательныхкачеств.Цели: учить пра-вильно выполнятьпрыжок в длинус места | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния;- техническиправильно от-талкиватьсяи приземляться | 1.04 | 1.04 |
| 82 | Обучениеупражнениямакробатикив заданной по-следовательно-сти. Развитиесиловых ка-честв | Ком-бини-рован-ный | 1 | Способы развитиясиловых качеств.Цели: учить вы-полнять силовыеупражнения с за-данной дозировкойнагрузки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьупражнения дляразвития сило-вых качеств;- соблюдатьправила безо-пасного пове-дения в упраж-нениях акроба-тики | 5.04 | 5.04 |
| 83 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: подтя-гивание на низ-кой переклади-не из виса лежа.Подвижная игра«Коньки-горбунки» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Правила выполне-ния подтягиванияиз виса лежа.Цели: учить пра-вильно выполнятьподтягивание ту-ловища из положе-ния лежа, сгибаниеи разгибание руклежа | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениепо образцу учи-теля и показулучших учени-ков;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | 7.04 | 7.04 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 2 | 3 | **4** | **5** | 6 | **7** | 8 | 9 |
| 84 | Акробатическиеупражнения дляразвития равно-весия.Подвижная игра«Охотникии утки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Способы развитияравновесия.Цели: учить упраж-нениям акробати-ки, направленнымна развитие равно-весия | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьакробатическиеупражненияразличнымиспособами• | 8.04 | 8.04 |
| 85 | Развитие сило-вых качествв упражненияхс гантелями.Подвижная игра«Заморозки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие качес гваразвиваются привыполнении упраж-нений с гантелями?Цели: учить вы-полнять упражне-ния с гантелямиразличными спо-собами; коррекциясвода стопы | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьупражненияс гантелямиразличнымиспособами | 12.04 | 12.04 |
| 86 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: наклонвперед из поло-жения стоя.Игра «Третийлишний» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Способы развитиягибкости.Цели: учить вы-полнять наклонвперед из положе-ния стоя | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьупражнениядля развитиягибкости раз-личными спо-собами | 14.04 | 14.04 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 87 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: подъ-ем туловищаиз положениялежа на спинеза 30 секунд.Игра «Правиль-ный номерс мячом» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как стать вынос-ливым?**Цели:** закрепитьнавык подъема ту-ловища из положе-ния лежа на спине | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- выполнятьупражнениепо образцу учи-теля и показулучших учени-ков;- соблюдатьправила взаи-модействияс игроками | 15.04 | 15.04 |
| 88 | Развитие коор-динационныхкачеств, гибко-сти, ловкостив акробатиче-ских упражне-ниях.Разучиваниеигровых дейст-вий эстафет.Игра «Перетяж-ки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно пе-редать и принятьэстафету?**Цели:** выполнятькомандные дейст-вия в эстафете длязакрепления учеб-ного материала | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ори-ентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;■используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:— взаимодейст-вовать со свер-стникамипо правиламв эстафетах;- соблюдатьтребования тех-ники безопас-ности при про-ведении эстафет | 19.04 | 19.04 |
| 89 | Развитие вы-носливости по-средством бега,прыжков, игр.Подвижная игра«День и ночь» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы правиларазвития выносли-вости?**Цели:** развиватьвыносливостьв ходьбе, беге,прыжках, играх | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач.*Регулятивные:* выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации;используют установленные правила в контроле способарешения.*Коммуникативные:* задают вопросы, обращаются за по-мощью; договариваются о распределении функций и ро-лей в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся: рас-пределять своисилы во времяпродолжитель-ного бега; раз-вивать вынос-ливость различ-ными способа-ми и пониматьзначение этогокачества длячеловека | 21.04 | 21.04 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 90 | Обучение по-ложению низко-го старта.Развитие скоро-стных качествв беге с ускоре-нием | Ком-бини-рован-ный | 1 | При каком видебега применяетсянизкий старт?**Цели:**закрепитьнавык положениянизкого старта;развивать скорост-ные качества | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- техническиправильно вы-полнять поло-жение низкогостарта и старто-вое ускорение | 22.04 | 22.04 |
| 91 | Развитие силы(прыгучесть)в прыжкахв длину с местаи с разбега.Эстафета «Ктодальше прыг-нет?» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполняетсяпрыжок в длинус разбега?**Цели:** закрепитьтехнику прыжкав длину с разбега | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений; принимают инструкциюпедагога и четко следуют ей; осуществляют итоговыйи пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьпрыжок в длинус разбега, со-блюдая правилабезопасногоприземления | 26.04 | 26.04 |
| 92 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: пры-жок в длинус места.Обучение прыж-кам через низ-кие барьеры | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Каковы правилавыполнения прыж-ка в длину с места?**Цели:** развиватьпрыгучесть в прыж-ках в длину с мес-та, развивать лов-кость и коорди-нацию в бегес барьерами | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений; принимают инструкциюпедагога и четко следуют ей; осуществляют итоговыйи пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:** вы-полнять упраж-нения на разви-тие физическихкачеств (прыгу-чести, быстро-ты, ловкости);осуществлятьпрыжки черезнизкие барьерыво время бега | 28.04 | 28.04 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 93 | Развитие скоро-сти в бегена 30 м с низ-кого старта.Разучиваниеупражненийполосы препят-ствий | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какова техниканизкого старта?Цели: повторитьбег на короткуюдистанцию, разви-вать скоростныекачества | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений; осуществляют итоговыйи пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физически-ми упражне-ниями | 29.04 | 29.04 |
| 94 | Правила безо-пасного поведе-ния на урокахфизкультуры.Контроль за раз-витием двига-тельных ка-честв: бегна 30 м | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Каковы правилабезопасности длясохранения своегоздоровья?Цели: провеститестирование бегана 30 м, учить пра-вилам соблюдениятехники безопас-ности во время за-нятий | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений; принимают инструкциюпедагога и четко следуют ей; осуществляют итоговыйи пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнятьправила безо-пасного пове-дения во времязанятий физи-ческими упраж-нениями | 5.05 | 12.05 |
| 95 | Совершенство-вание метаниятеннисного мя-ча на дальность.Разучиваниеигры «Точнов мишень» |  | 1 | Как техническиправильно выпол-нить метание?Цели: учить пра-вильной постанов-ке рук и ног приметании мячав цель, учить пра-вильной постанов-ке рук и ног приметании мячана дальность | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение физического развитиядля человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:- выполнятьлегкоатлетиче-ские упражне-ния - метаниетеннисногомяча с правиль-ной постанов-кой рук и ног | 6.05 | 13.05 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 96 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: мета-ние мешочка**на** дальность.Подвижная игра«За мячом про-тивника» | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Каковы правилавыполнения мета-ния?**Цели:** учить быст-рому движениюпри броске малогомяча; развиватьдвигательные ка-чества, выносли-вость, быстротупри проведенииподвижных игр | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.***Личностные:*** проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- организовы-вать места заня-тий подвижны-ми играмии эстафетами;- выполнятьправила безо-пасного пове-дения во времяигр и эстафет | 12.05 | 12.05 |
| 97 | Контрольпульса.Совершенство-вание строевыхупражнений |  | 1 | Как проводитсяподсчет пульса?**Цели:** учить вы-полнять подсчетпульса на запястье,повторить органи-зующие строевыекоманды и приемы | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений; осуществляют итоговыйи пошаговый контроль.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят **к** об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- выполнятьподсчет пульсана запястье;- выполнятьразмыканиев шеренгена вытянутыеруки и смыка-ние | 13.05 | 13.05 |
| 98 | Контрольза развитиемдвигательныхкачеств: чел-ночный бег3 х Юм.Игра в пионер-бол | Про-веркаи кор-рекциязнанийи уме-ний | 1 | Как совершенство-вать бросок и лов-лю мяча?**Цели:** закрепитьнавык выполнениябросков и пра-вильной ловлимяча | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**- техническиправильно вы-полнять бросоки ловлю мяча;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | 17.05 | 17.05 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 99 | Развитие вы-носливостив кроссовойподготовке.Совершенство-вание броскаи ловли мяча.Игра в пионер-бол | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как совершенство-вать бросок и лов-лю мяча?Цели: закрепитьнавык броскаи правильнойловли мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.*Личностные:* понимают значение физического развитиядля человека и принимают его; имеют желание учиться | Научатся:- техническиправильно вы-полнять бросоки ловлю мячапри игре в пио-нербол;- соблюдатьправила пове-дения и преду-преждениятравматизмаво время заня-тий физкульту-рой | 19.05 | 19.05 |
| 100 | Развитие вы-носливостии быстротыв упражненияхкруговой тре-нировки.Игра «Вызовномеров» | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Как развивать вы-носливость и бы-строту?Цели: учить быст-рому движениюпри выполнениизаданий круговойтренировки | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули-руют познавательные цели.*Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.*Коммуникативные:* задают вопросы; контролируют дей-ствия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.*Личностные:* проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | Научатся:- распределятьсвои силыво время про-должительногобега;- выполнятьупражненияпо профилакти-ке нарушенийосанки | 20.05 | 20.05 |
| 101 | Развитие вни-мания, ловко-сти, координа-ции движенийв эстафетахс бегом, прыж-ками и мета-нием | При-мене-ниезнанийи уме-ний | 1 | Какие качестваразвиваются в эс-тафетах?Цели: учить вы-полнять команд-ные действия в эс-тафете для закреп-ления учебногоматериала | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач.*Регулятивные:* принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и \ частии в игре; прини-мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осущест-вляют итоговый и пошаговый контроль.*Коммуникативные:* договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентиру-ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. | Научатся:- выполнятьупражнения дляразвития ловко-сти и координа-ции движенийв различныхситуациях | 24.05 | 24.05 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  | *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей |  |  |  |
|  | 102 | Совершенство-вание игр «Замячом против-ника», «Выши-балы», пионер-бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как использоватьполученные навы-ки в процессе обу-чения?**Цели:** закреплятьумения и навыкиправильного вы-полнения основ-ных видов движе-ний; осуществлятьподвижные игрыдля развития дви-гательных качеств | *Познавательные:* используют общие приемы решенияпоставленных задач; определяют и кратко характеризуютфизическую культуру как занятия физическими упраж-нениями, подвижными и спортивными играми.*Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции сво-его действия.***Личностные:*** проявляют положительные качестваличности и управляют своими эмоциями в различныхнестандартных ситуациях | **Научатся:**- называть игрыи формулиро-вать их правила;- организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игрына воздухеи в помещении | 26.0527.05 | 26.0527.05 |

**Литература**

* общеобразовательных учреждений/ А.П. Матвеев, «Просвещение». – М, 2012 г.
* Лях В.И., Зданевич А. Л. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классы. - Москва. Просвещение. 2008 г.
* Лях В. И., Мейксон Г. Б.. Программы по физической культуре 1-11 классы. Рекомендовано Министерством образования РФ. - Москва, Просвещение, 2007 г.
* Литвинов Е.И., Вилянский М. Я.,. Тукунов Б. И. Программы по физической культуре 1-11 классы. - Москва, \*Просвещение.\*, 2006г.
* А. П. Матвеева. Примерные программы основного общего образования. Рекомендовано главным управлением развития общего среднего образования РФ

**. Дополнительная литература:**

1. *Лях, В. И.* Программы общеобразовательных учреждений. 1-4 классы : комплексная про-
грамма физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. — М. : Про-
свещение, 2011.
2. *Лях, В. И.* Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В. И. Лях. -
М. : ООО «Фирма "Издательство ACT"», 2012.
3. *Лях, В. И.* Мой друг - физкультура : учебник для учащихся *\-4* классов начальной школы /В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2009.
4. *Примерные* программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. Ч. 2. - 4-е изд.перераб. - М. : Просвещение, 2011. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).
5. *Кофман, Л. Б.* Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, 2009.
6. *Школьникова, К В. Я* иду на урок. Книга для учителя физической культуры. 1-6 классы /Н. В. Школьникова, М. В. Тарасова. - М. : Издательство «Первое сентября», 2010.
7. *Ковалъко, В. И.* Поурочные разработки по физкультуре. 1^4 классы / В. И. Ковалько. - М.:Вако, 2010.

**2.Интернет-ресурсы:**

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : <http://festival>. 1 [september.ru/](http://september.ru/)articles/576894

Учительский портал. - Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-l-0-13511>

К уроку.ru. -Режим доступа : <http://www.k-yroky.ru/load/71-l-0-6958>

Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>

[Pedsovet.Su](http://Pedsovet.Su). - Режим доступа : <http://pedsovet.su>

Ргошколу.Яи. — Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru>

Педсовет.о^. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>

«СОГЛАСОВАНО» «СОГЛАСОВАНО»

рук. ШМО (ГМО) зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пр. №\_\_\_ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г.

от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2020 г.