

Государственное бюджетное образовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 601
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
от «14» июня 2018 г. Протокол №10



А.А. Лазарева/

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ школы № 601
от «14» июня 2018 г. №103

подпись

Ф.И.О.

**Рабочая программа
по физической культуре
для учащихся 2-х классов
на 2018-2019 учебный год.
(102 часа)**

Учителя: С.А. Агджоян

Санкт-Петербург

2018 год

Оглавление

Пояснительная записка	3
1.1 Цели изучения предмета.....	5
1.2. Место учебного предмета в учебном плане	6
1.3. Учебно-методический комплект.....	6
1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета	9
2. Содержание тем учебного предмета, курса	16
3. Календарно-тематическое планирование	17

Пояснительная записка

Предмет: физическая культура

Класс: 2 класс

Год обучения: 2018-2019 гг.

Количество часов: в год 102 ч, в неделю 3ч.

Исходными документами для составления рабочей программы явились:

1.Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее – ФГОС начального общего образования);

3.Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253;

4.Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (далее - СанПиН 2.4.2.2821-10);

5.Распоряжение Комитета по образованию от 21.03.2018 № 810-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2018/2019 учебном году»;

6.Устав ГБОУ школы № 601 Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденный распоряжением КО №3249-р от 24.07.2014г;

7.ООП НОО ГБОУ школы № 601 на 2018-2019 уч. год (принята с изменениями, протокол педагогического совета №10 от 14.06.2018г., утверждена приказом №103 от 14.06.2018г.)

8.Учебный план ГБОУ школы № 601 на 2018-2019 уч. год (принят 14.06.2018г, протокол педагогического совета №10, утвержден приказом №103 от 14.06.2018г.)

9. Авторская программа «Физическая культура 1-4 классы» под ред. Т.В. Петровой, Ю.А. Копылова, Н.В. Полянской, С.С. Петрова. – М.: Вентана-Граф, 2013. Выбор данной авторской программы и учебно-методического комплекта обусловлен полнотой, доступностью предложенного материала и условиями материальной базы, климатическими условиями.

УМК по предмету

УМК учителя - Петрова Т.В. Физическая культура. 1-4 классы: программа / Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана-Граф, 2014.

УМК обучающегося:

Петрова Т.В. Физическая культура. 1-2 классы: учеб. для учащихся общеобразоват. учреждений / Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. – М.: Вентана-Граф, 2017. – 100 с.

Специфика работы в классе

Учащиеся 8 лет очень любят уроки физической культуры. Этот период – один из самых эффективных для формирования у них привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями.

В младшем школьном возрасте благодаря активному развитию функций двигательного анализатора учащиеся легко усваивают и совершенствуют разнообразные формы движений. Для них обучение новым движениям с развитием координационных способностей становятся привлекательным и доступным. В то же время учащиеся трудно выполняют отдельные параметры, плохо переносят однообразные упражнения и фиксацию отдельных частей тела в различных положениях, быстро утомляются. Их привлекают те упражнения, которые они могут быстро освоить.

Выбирая тот или иной метод обучения, необходимо учитывать возрастные особенности и двигательный опыт учащихся. Большое внимание уделяется применению игровой формы выполнения заданий, которая помогает легко выполнить упражнение, удержать интерес учащихся при многократном выполнении упражнения, особенно при совершенствовании движения и использовании его для развития физических качеств.

Возраст 8 лет благоприятен для развития всех координационных и кондиционных способностей. Однако особое внимание следует уделять всестороннему развитию координационных, скоростных, скоростно-силовых способностей, выносливости к умеренным нагрузкам. В связи с этим во втором классе учащиеся по преимуществу осваивают различные способы выполнения бега, ходьбы и прыжков, лазания и ползания; разучивают комплексы упражнений утренней гимнастики и физкультминуток, комплексы для формирования и укрепления осанки, развития гибкости, координации движений, силы, быстроты и выносливости. Важной особенностью содержания обучения является освоение учащимися подвижных игр и навыков их самостоятельной организации и проведения.

Особенностью младших школьников является их большое желание, интерес, познавательная активность, высокая эмоциональность во время занятий. Поэтому на уроках четкая организация, разумная дисциплина, основанная на точном соблюдении команд, указаний и распоряжений учителя, должна сочетаться с предоставлением им определенной свободы и самостоятельности действий, заданиями, стимулирующими творчество и инициативность.

Контроль и поощрение во втором классе применяются таким образом, чтобы стимулировать стремление учащегося к своему личному физическому совершенствованию и самоопределению, улучшению результатов, повышению активности. Радости от занятий физическими упражнениями.

Учитель обеспечивает каждому учащемуся одинаковый доступ к основам физической культуры, опирается на широкие и гибкие методы и средства обучения для развития учащихся с разным уровнем двигательных и психических способностей. На занятиях по физической культуре следует учитывать интересы и склонности детей. Учитывая большие индивидуальные различия даже внутри одного возраста, учитель стремится предоставить учащимся разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы. Для этого используются разные формы организации урока.

1.1 Цели изучения предмета

Общая цель обучения учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе - формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели. Познавательная цель предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре. Социокультурная цель подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий, как показателя физической культуры человека.

В соответствии с целью учебного предмета «Физическая культура» формулируются его **задачи**:

- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- формирование базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и самостоятельных занятиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми двигательными действиями, с повышенной координационной сложностью;
- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Сформулированная цель и задачи базируются на требованиях к освоению содержания образования, указанных в федеральном государственном образовательном стандарте начального образования и отражают основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры личности в ходе теоретической, практической и физической подготовки учащихся.

Для достижения планируемых результатов и реализации поставленных целей решаются следующие практические задачи:

Формирование:

- интереса учащихся к занятиям физической культурой, осознания красоты и эстетической ценности физической культуры, гордости и уважения к системам национальной физической культуры;
- умений выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями; правильно основные двигательные действия; самостоятельно заниматься физической культурой; составлять элементарные комплексы для занятий физическими упражнениями небольшого объема.

Воспитание:

- позитивного эмоционально-ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- потребности пользоваться всеми возможностями физической культуры.

Обучение:

- первоначальными знаниями о терминологии, средствах и методах физической культуры.

1.2. Место учебного предмета в учебном плане

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

1.3. Учебно-методический комплект

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения.	Количество	Примечание
1	Библиотечный фон (книгопечатная продукция)		
Для учителя			
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре.	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивный зал)
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 1-4 классы	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре.	Д	
1.4	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	
Для ученика			
1.5	Физическая культура. 1-2 классы. учебник Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С. – М.: Вентана-граф, 2017. – 100 с.	К	Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд
1.6	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	
2.3	Портреты выдающихся спортсменов,	Д	

	деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения		
3	Экрано-звуковые пособия		
3.1	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)	Д	
3.2	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальными движениями; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
4	Технические средства обучения		
4.1	Музыкальный центр	Д	С возможностью использования аудиодисков, CD-R, CD-RW, MP3 а также магнитофонных записей
4.2	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, возможность выход в Интернет. С пакетом прикладных программ.
4.3	Принтер, сканер	Д	
4.4	Цифровая фото-, видеокамера	Д	
4.5	Мультимедиапроектор	Д	
4.6	Экран (на штативе или навесной)	Д	Минимальные размеры 1,25*1,25
5	Учебно-практическое оборудование		
5.1	Стенка гимнастическая	Г	
5.2	Бревно гимнастическое напольное (3м)	Г	
5.3	Козел гимнастический	Г	
5.4	Конь гимнастический	Г	
5.5	Перекладина гимнастическая	Г	
5.6	Канат для лазанья с механизмом креплением	Г	
5.7	Мост гимнастический подкидной	Г	
5.8	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	
5.9	Маты гимнастические	Г	
5.10	Мяч набивной (1 кг. 2 кг)	Г	
5.11	Мяч малый (теннисный)	К	
5.12	Скакалка гимнастическая	К	
5.13	Палки гимнастические	К	
5.14	Обруч гимнастический	К	
Легкая атлетика			
5.15	Планка для прыжков в высоту	Д	

5.16	Стойка для прыжков в высоту	Д	
5.17	Рулетка измерительная (10м, 50)	Д	
5.18	Номера нагрудные (жилетки)	Г	
Подвижные и спортивные игры			
5.19	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
5.20	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
5.21	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
5.22	Стойки волейбольные универсальные	Д	
5.23	Сетка волейбольная	Д	
5.24	Мячи волейбольные	Г	
5.25	Табло перекидное	Д	
5.26	Ворота для мини-футбола	Д	
5.27	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
5.28	Мячи футбольные	Г	
5.29	Компрессор для накачивания мячей	Д	
Средства первой помощи			
5.30	Аптечка медицинская	Д	
6	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек, (шкафчики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
6.2	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, книжные шкафы (полки), шкаф для одежды
6.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи
7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
7.2	Площадка игровая волейбольная	Д	
7.3	Площадка игровая баскетбольная	Д	
7.4	Легкоатлетическая дорожка	Д	
7.5	Сектор для прыжков в длину	Д	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчете на один спортивный зал. Условные обозначения: Д – демонстрационный экземпляр (1 экз); К – комплект (из расчета на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса); Г – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся

1.4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

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

Личностные результаты:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряе-

мые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Познавательные УУД

- умение оценивать правильность выполнения элементов техники и подбирать собственные (индивидуальные) варианты их выполнения;

- умение самостоятельно выбирать эффективные способы решения учебных и познавательных задач по предмету «Физическая культура»;

- умение формировать для себя задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- овладение основами технологий самоконтроля, самооценки, осуществление осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;

- умение правильно оценивать собственные физические возможности в решении поставленных предметных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами по программным видам спорта;

- формирование навыков и умений смыслового чтения дополнительной литературы по предмету «Физическая культура»;

- умение применять модели, графики и схемы для формирования знаний терминологии, средств и методов тренировки в легкой атлетике и т.д.;

- способность и готовность к использованию информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) в целях обучения и развития.

Коммуникативные УУД

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность при занятиях физическими упражнениями;

- формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ.

Регулятивные УУД

- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей при демонстрации упражнений в соответствии с задачами занятия, планирования и регуляцией своей деятельности; владение устной монологической контекстной речью;

- умение создавать и применять графики, схемы, таблицы (протоколы) для решения учебных задач на занятии, во время соревнования, спортивно-массового мероприятия;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, вносить необходимые коррективы в способ действия, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата по предмету «Физическая культура»;

- осознание качества и уровня освоения материала;

- умение проявлять волевые усилия для преодоления какого-либо конфликта;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками на занятиях, во время соревнований и спортивно-массовых мероприятий.

Личностные УУД

- формирование и развитие способности учащегося к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения им нового социального опыта, обеспечивающего культурную идентичность, социальную компетентность, толерантность, способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений;
- умение определять, планировать и самостоятельно оценивать правильность своего решения при достижении планируемых результатов; навыки рефлексии.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

Планируемые результаты

(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке)

В результате обучения, обучающиеся на уровне начального общего образования, начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультурминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

– выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

– характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

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

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

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

Критерии оценки успеваемости по разделам программы.

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости.

Успеваемость по предмету «Физическая культура» определяется качеством усвоения знаний теоретического раздела программы, двигательных умений и навыков, уровнем

физической подготовленности, а также уровнем развития двигательных способностей учащихся.

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

Оценка «усвоил(а)» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики или своего опыта; за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки; за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

Оценка «не усвоил(а)» выставляется за плохое понимание и знание теоретического и методического материала.

С целью проверки знаний используются различные методы: опрос (в устной и письменной форме), рефераты и доклады, программированный метод (ученики получают карточки с вопросами и веером ответов на них), использование ситуаций, в которых учащиеся демонстрируют свои знания в конкретной деятельности.

По технике владения двигательными действиями (умения, навыки):

Оценка «усвоил(а)»: двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко; двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений; двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Оценка «не усвоил(а)»: двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнения и комбинированный. Данные методы можно применять индивидуально и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс.

По способам (умениям) осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность:

Оценка «усвоил(а)»: учащийся демонстрирует полный и разнообразный комплекс упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности, или комплекс упражнений утренней, атлетической либо ритмической гимнастики. Может самостоятельно организовать место занятий, подобрать инвентарь и применять его в конкретных условиях, контролировать ход выполнения заданий и оценить его; имеются незначительные ошибки или неточности в осуществлении самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности; учащийся допускает грубые ошибки в подборе и демонстрации упражнений, направленных на развитие конкретной физической способности, утренней, атлетической и ритмической гимнастики; испытывает затруднения в организации мест занятий, подборе инвентаря; удовлетворительно контролирует ход и итоги занятия.

Оценка «не усвоил(а)»: учащийся не владеет умениями осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности.

Умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность оцениваются методом наблюдения, опроса, практического выполнения. Это можно осуществлять индивидуально или фронтальным методом во время любой части урока.

По уровню физической подготовленности:

Критерием оценки уровня физической подготовленности учащихся в изучаемых действиях является достигнутая ими функциональная готовность к выполнению кон-

трольных упражнений (тестов, нормативов), предусмотренных программой, что выражается в достижении ими определенных количественных показателей. В программе указаны «Ориентировочные количественные показатели физической подготовленности». Исходя из этих ориентиров, учитель сам устанавливает для класса и для каждого ученика количественные показатели и оценивает учащихся по фактору улучшения этих показателей по окончании процесса обучения, учитывая индивидуальные особенности каждого из них. Оценивая уровень физической подготовленности, принимаются во внимание два показателя: 1) исходный уровень развития физических качеств учащегося; 2) реальные сдвиги учащегося в показателях физической подготовленности за определенный период времени. Оценке «усвоил(а)» соответствует высокий, средний, низкий уровень физической подготовленности. При оценке сдвигов учащегося в показателях определенных качеств учитель принимает во внимание особенности развития отдельных из них, динамику изменения у учащихся определенного возраста, исходный уровень конкретного учащегося.

При прогнозировании прироста скоростных способностей, которые являются более консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, силовой выносливости темпы прироста могут быть выше.

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. При оценке темпов прироста на отметку «усвоил(а)», «не усвоил(а)» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае предсказание этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности должны представлять для ученика определенную трудность, но быть реально выполнимыми.

Текущий учет является основным видом проверки успеваемости обучающихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока.

Итоговая оценка успеваемости по физической культуре выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть, за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Успеваемость учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группам, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Стартовый, полугодовой, итоговый контроль

Стартовый контроль включает в себя тестирование физической подготовленности: бег на 30 м, челночный бег 3x10 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, подтягивания из виса (мальчики), из виса лежа (девочки). Проводится контроль в сентябре.

Полугодовой контроль включает в себя тестирование физической подготовленности: наклона вперед из положения стоя, подтягивания из виса (мальчики), из виса лежа (девочки). Проводится контроль в декабре.

Итоговый контроль включает в себя тестирование основ знаний в письменной форме и тестирование физической подготовленности: бег на 30 м, челночный бег 3x10 м, прыжок в длину с места, наклон вперед из положения стоя, подтягивания из виса (мальчики), из виса лежа (девочки). Проводится контроль в апреле-мае.

Контрольные тесты для учащихся 2 класса

Упражнения	Мальчики			Девочки		
	Уровень			Уровень		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Бег 30 м, сек	7,1 и более	7,0-6,0	5,4 и менее	7,3 и более	7,2-6,2	5,6 и менее
Челночный бег 3×10 м, сек	10,4 и более	10,0-9,5	9,1 и менее	11,2 и более	10,7-10,1	9,7 и менее
Прыжки в длину с места, см	110 и менее	125-145	165 и более	100	125-140	155 и более
Подтягивание на перекладине из виса (мальчики) и из виса лежа (девочки), раз	1	2-3	4 и более	3 и менее	6-10	14 и более
Наклон вперед из положения стоя,	Коснуться пальцами пола	Коснуться ладонями пола	Коснуться лбом коленей	Коснуться пальцами пола	Коснуться ладонями пола	Коснуться лбом коленей

2. Содержание тем учебного предмета, курса

№	Разделы	Общее количество часов
1	Знания о физической культуре	В процессе урока (4)
2	Организация здорового образа жизни	В процессе урока (3)
3	Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью	В процессе урока (2)
4.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	В процессе урока (3)
5.	Спортивно-оздоровительная деятельность:	102
5.1	Легкая атлетика	25
5.2	Гимнастика с основами акробатики	24
5.3	Лыжная подготовка	15
5.4	Подвижные и спортивные игры	32
5.5	Резервный урок	6
Всего часов:		102

Содержание учебных тем

Раздел 1. Знания о физической культуре. Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр. Скелет и мышцы человека. Осанка человека. Стопа человека. Одежда для занятий разными физическими упражнениями.

Раздел 2. Организация здорового образа жизни. Правильный режим дня. Закаливание. Профилактика нарушений зрения.

Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью. Оценка правильности осанки.

Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Физические упражнения для физкультминуток. Физические упражнения для расслабления мышц. Физические упражнения для профилактики нарушений осанки. Физические упражнения для профилактики плоскостопия. Физические упражнения для профилактики нарушения зрения. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.

Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность

Легкая атлетика. Беговые упражнения (бег в среднем темпе, бег с максимальной скоростью, бег с ускорением, челночный бег 3x10 м), прыжковые упражнения (в длину с места, в длину с разбега 3-5 шагов, многоскоки – прыжки с ноги на ногу, в высоту), метание мяча разными способами (на дальность, в вертикальную и горизонтальную цель).

Гимнастика с элементами акробатики. Строевые приемы и упражнения (ходьба на полусогнутых ногах, в приседе, на носках, широким шагом, с высоким подниманием коленей; выполнение команд «По порядку рассчитайсь!», «На первый-второй рассчитайсь!»; повороты направо, налево, кругом; построения в шеренгу, в колонну по одному; выполнение команд «Шагом марш!», «Стой!»; передвижения в колонне по одному). Отжимание в упоре лежа и в упоре на гимнастической скамейке, подтягивание на высокой и низкой перекладине. Группировка, перекаты в группировке, кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги.

Лыжная подготовка. Экипировка лыжника. Организующие команды и приемы: построение в одну шеренгу с лыжами в руках, перестроение из шеренги в колонну по одному, передвижение с лыжами. Ступающий шаг без палок, скользящий шаг, прохождение дистанции до 1,5 км. Подъем на пологий склон способом «лесенка», торможение «плугом».

Подвижные игры. Подвижные игры с включением бега, прыжков. Метаний мяча для занятий на свежем воздухе и в спортивном зале. Основные элементы спортивных игр.

3. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Контроль	Планируемые результаты (Л. - личностные, М. - метапредметные, П. - предметные)	Дата по плану (№ учебной недели)
1	2	3	4	5
Тема «Легкая атлетика» - 12 часов.				
1	Правила техники безопасности на уроках	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. М. Работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию. Объяснять для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что необходимо для успешного проведения уроков физкультуры. П. Дифференцировать понятия «шеренга и «колонна», выполнять правила ТБ на уроках, играть в подвижную игру «У ребят порядок строгий».	1
2	Бег с ускорением до 30 м.	Текущий	Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать о высоком старте, «короткой дистанции», пробегать в равномерном темпе до 1 минут без отдыха. П. Выполнять строевые упражнения, знать правила выполнения высокого старта, рассказывать о «короткой дистанции». Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1 минуту без остановки.	1
3	Бег на 30 м	Стартовый контроль. Тестирование	Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	1

		бега на 30 м.	<p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать правила тестирования и правила подвижной игры «Прыгающие воробушки», пробегать в равномерном темпе до 1 минут без отдыха.</p> <p>П. Выполнять строевые упражнения, знать правила выполнения высокого старта, рассказывать о «короткой дистанции». Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1 минуту без остановки.</p>	
4	Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега	Стартовый контроль. Тестирование прыжка в длину с места.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Рассказывать о физических качествах, проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву», пробегать в равномерном темпе до 1 минут без отдыха.</p> <p>П. Называть физические качества, знать правила тестирования прыжка в длину с места, знать правила подвижной игры «Волк во рву». Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 1 минуту без остановки.</p>	2
5	Прыжок в длину с разбега.	Текущий	<p>Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Волк во рву», пробегать в равномерном темпе до 2 минут без отдыха.</p> <p>П. Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, понимать правила подвижной игры «Волк во рву». Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 2 минуты без остановки.</p>	2

6	Прыжок в длину с разбега.	Текущий	<p>Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать о технике прыжка в длину с разбега, челночного бега 3x10 м, пробегать в равномерном темпе до 2 минут без отдыха, знать правила подвижной игры «Удочка».</p> <p>П. Выполнять прыжок в длину с разбега на технику, челночный бег 3x10 м, знать правила подвижной игры «Удочка», как распределять свои силы, чтобы пробежать 2 минуты без остановки.</p>	2
7	Челночный бег 3x10 м.	Текущий	<p>Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать о технике прыжка в длину с разбега, челночного бега 3x10 м, пробегать в равномерном темпе до 2 минут без отдыха, знать правила подвижной игры «Удочка».</p> <p>П. Выполнять прыжок в длину с разбега, челночный бег 3x10 м, знать правила подвижной игры «Удочка», как распределять свои силы, чтобы пробежать 2 минуты без остановки.</p>	3
8	Челночный бег 3x10 м	Стартовый контроль. Тестирование челночный бег 3x10 м.	<p>Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Проходить тестирование челночного бега 3x10 м, рассказывать о технике прыжка в длину с разбега, пробегать в равномерном темпе до 3 минут без отдыха, знать правила подвижной игры «Удочка».</p> <p>П. Выполнять прыжок в длину с разбега, знать правила прохождения тестирования челночного бега 3x10 м, знать правила подвижной игры «Удочка», как распределять</p>	3

			свои силы, чтобы пробежать 3 минуты без остановки.	
9	Эстафеты с бегом. Наклон вперед из положения стоя.	Стартовый контроль. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Л. Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, рассказывать и правила подвижной игры «Прыгающие воробушки», пробегать в равномерном темпе до 3 минут без отдыха. П. Знать правила тестирования наклона вперед из положения стоя, как распределять свои силы, чтобы пробежать 3 минуты без остановки, правила подвижной игры «Прыгающие воробушки».	3
10	Равномерный, медленный бег до 4 минут.	Текущий	Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. М. Организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Пробегать в медленном темпе до 4 минут без отдыха, выбирать подвижные игры и играть в них. П. Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 4 минуты без остановки, выбирать подвижные игры.	4
11	Равномерный, медленный бег до 4 минут. Метание теннисного мяча в вертикальную цель.	Текущий	Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. М. Организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Пробегать в медленном темпе до 4 минут без отдыха, выбирать подвижные игры и играть в них. П. Знать, как распределять свои силы, чтобы пробежать 4 минуты без остановки, выбирать подвижные игры.	4
12	Метание теннисного мяча в вер-	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоя-	4

	тикальную цель		<p>тельности и личной ответственности.</p> <p>М. Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к определению препятствий и самокоррекции. Рассказывать и показывать технику выполнения метания мяча в вертикальную цель, правила подвижной игры «Колдун».</p> <p>П. Знать технику метания мяча в вертикальную цель, выполнять разминку с малым мячом, понимать правила подвижной игры «Колдун».</p>	
13	Метание теннисного мяча в вертикальную цель.	Контрольное выполнение метания мяча в цель на технику.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>М. Устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к определению препятствий и самокоррекции. Рассказывать и показывать технику выполнения метания теннисного мяча в вертикальную цель, правила подвижной игры «Колдун».</p> <p>П. Знать технику метания мяча в вертикальную цель, выполнять разминку с малым мячом, понимать правила подвижной игры «Колдун».</p>	5
14	Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены. Подтягивание из положения виса и виса лежа.	Стартовый контроль. Тестирование подтягивания из виса и виса лежа.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Проходить тестирование подтягивания из виса и виса лежа, рассказывать правила «круговой эстафеты», метание теннисного мяча на дальность отскока от стены.</p> <p>П. Знать правила прохождения тестирования подтягивания из виса и виса лежа, правила «круговой эстафеты», метание теннисного мяча на дальность отскока от стены.</p>	5
15	Метание теннисного мяча на	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоя-</p>	5

	дальность отскока от стены		<p>тельности и личной ответственности.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать правила «круговой эстафеты», как выполнять метание теннисного мяча на дальность отскока от стены.</p> <p>П. Знать правила «круговой эстафеты», технику метания теннисного мяча на дальность отскока от стены.</p>	
Тема «Подвижные и спортивные игры» - 12 часов.				
16	Метко в цель.	Текущий	<p>Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижную игру «Метко в цель», выполнять эстафеты с мячами.</p> <p>П. Знать правила игры «Метко в цель», эстафет с мячами.</p>	6
17	Метко в цель. Правильный режим дня.	Текущий	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Объяснять значение понятия «режим дня». Играть в подвижную игру «Метко в цель», выполнять эстафеты с мячами.</p> <p>П. Объяснять значение понятия «здоровый образ жизни», составлять правильный режим дня; объяснять значение сна и правильного питания для здоровья человека. Знать правила подвижной игры «Метко в цель», эстафет с мячами.</p>	6
18	Кто дальше бросит.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью</p>	6

			<p>выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. Выполнять метание малого мяча на дальность, играть в подвижную игру «Кто дальше бросит», выполнять эстафеты с мячами.</p> <p>П. Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Кто дальше бросит», эстафет с мячами.</p>	
19	Кто дальше бросит. Осанка человека.	Текущий	<p>Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Знать технику метания малого мяча на дальность. Уметь рассказывать об осанке человека. Играть в подвижные игры «Кто дальше бросит», выполнять эстафеты с обручем.</p> <p>П. Определять понятие «осанка»; обосновывать связь правильной осанки и здоровья человека; описывать правильную осанку человека в положении сидя и стоя. Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Кто дальше бросит», эстафет с обручем.</p>	7
20	Попади в обруч	Текущий	<p>Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижную игру «Попади в обруч», выполнять эстафеты с обручем.</p> <p>П. Знать правила игры «Попади в обруч», эстафет с обручем.</p>	7
21	Попади в обруч. Оценка правильной осанки.	Текущий	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Уметь контролировать осанку в положении сидя и стоя. Играть в подвижную игру «Попади в обруч», выполнять эстафеты с обручем.</p>	7

			П. Определять правильность осанки в положении стоя у стены; научиться контролировать осанку в положении сидя и стоя. Знать правила подвижной игры «Попади в обруч», эстафет с обручем.	
22	Пятнашки	Текущий	Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижные игры «Пятнашки», выполнять линейные эстафеты. П. Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Пятнашки», линейных эстафет.	8
23	Пятнашки. Физические упражнения для профилактики нарушений осанки.	Текущий	Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. М. Организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение, уважать иное мнение. Использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач. Уметь рассказывать и показывать упражнения для профилактики нарушений осанки. Рассказывать правила подвижной игры «Пятнашки», выбирать подвижные игры и играть в них, выполнять линейные эстафеты. П. Знать, как выполнять упражнения во время самостоятельных занятий физическими упражнениями. Знать правила подвижной игры «Пятнашки». Договариваться и выбирать подвижные игры для совместной игры, линейных эстафет.	8
24	Лисы и куры	Текущий	Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижные игры «Пятнашки», выполнять линейные эстафеты. П. Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Пятнашки», линейных эстафет.	8
25	Лисы и ку-	Текущий	Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных соци-	9

	ры. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.		альных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Уметь рассказывать и показывать упражнения для развития основных двигательных качеств. Играть в подвижные игры «Пятнашки», выполнять эстафеты со скакалкой. П. Понимать значение понятий «двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»; выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Знать технику метания малого мяча на дальность, правила подвижной игры «Пятнашки», эстафет со скакалкой.	
26	К своим капитанам	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми. М. Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. Выполнять построение в шеренгу и колонну, играть в подвижную игру «К своим капитанам», выполнять эстафеты со скакалками. П. Знать, как выполнять построение в шеренгу и колонну, правила подвижной игры «К своим капитанам», эстафет со скакалкой.	9
27	К своим капитанам	Текущий	Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Играть в подвижную игру «К своим капитанам», выполнять эстафеты со скакалкой. П. Знать правила тестирования подтягивания из виса и виса лежа, правила подвижной игры «К своим капитанам», эстафет со скакалкой.	9

Тема «Гимнастика с основами акробатики» - 24 часа.				
28	Размыкание и смыкание приставными шагами.	Текущий	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Выполнять размыкание и смыкание приставными шагами, упражнения на гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Колдун».</p> <p>П. Знать правила выполнения размыкания и смыкания приставными шагами, выполнять упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».</p>	10
29	Перестроение из одной шеренги в две. Одежда для занятий разными физическими упражнениями.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p> <p>М. Представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Уметь рассказывать об одежде для занятий разными физическими упражнениями. Выполнять перестроение из одной шеренги в две, упражнения на гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Колдун».</p> <p>П. Уметь подбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений. Знать, как выполнять перестроение из одной шеренги в две, упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».</p>	10
30	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p> <p>М. Представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, играть в</p>	10

	ног.		подвижную игру «Колдун». П. Знать, как выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».	
31	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног.	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. М. Представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Колдун». П. Знать, как выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».	11
32	Лазание по канату. Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики.	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. М. Представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Уметь рассказывать и показывать упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, по канату, упражнения на гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Колдун». П. Уметь готовить место для занятий утренней гигиенической гимнастикой; выполнять упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Знать, как выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».	11
33	Лазание по канату.	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	11

			<p>М. Представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, по канату, упражнения на гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Колдун».</p> <p>П. Знать, как выполнять лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на гимнастической стенке, правила подвижной игры «Колдун».</p>	
34	Группировка. Перекаты в группировке.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Выполнять разминку на гимнастических матах, знать, как выполнять группировку и перекаты, правила подвижной игры «Совушка».</p>	12
35	Кувырок вперед	Контрольное выполнение группировки на технику.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Выполнять разминку на гимнастических матах, знать, как выполнять группировку и перекаты, кувырок вперед, правила подвижной игры «Совушка».</p>	12
36	Кувырок вперед. Физические упражнения для расслаб-	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в</p>	12

	ления мышц.		<p>группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Уметь рассказывать и показывать упражнения для расслабления мышц. Выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Понимать значение в жизни человека умения расслаблять мышцы; понимать назначение упражнений для расслабления мышц. Выполнять разминку на гимнастических матах, знать, как выполнять кувырок вперед, правила подвижной игры «Совушка».</p>	
37	Кувырок вперед	Контрольное выполнение кувырка вперед на технику.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Выполнять кувырок вперед, прыжки через короткую скакалку, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Выполнять разминку на гимнастических матах, знать, как выполнять кувырок вперед, прыжки через короткую скакалку, правила подвижной игры «Совушка».</p>	13
38	Стойка на лопатках, согнув ноги	Контрольное выполнение упражнений для мышц пресса за 30 с. на результат.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>М. Устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Выполнять стойку на лопатках, кувырок вперед. Играть в подвижную игру «Удочка».</p> <p>П. Знать, технику выполнения стойка на лопатках, согнув ноги, выполнять кувырок вперед, правила подвижной игры «Удочка».</p>	13
39	Стойка на	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного учения, принятие и	13

	лопатках, согнув ноги. Физические упражнения для физкультминуток.		<p>освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>М. Устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Уметь рассказывать и показывать упражнения для физкультминуток. Выполнять стойку на лопатках, прыжки через короткую скакалку. Играть в подвижную игру «Удочка».</p> <p>П. Уметь планировать физкультминутки в своем режиме дня; выполнять упражнения для физкультминутки. Знать, технику выполнения стойка на лопатках, согнув ноги, прыжков через короткую скакалку, правила подвижной игры «Удочка».</p>	
40	Стойка на лопатках, согнув ноги	Контрольное выполнение стойки на лопатках, согнув ноги на технику.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>М. Устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Выполнять стойку на лопатках, прыжки через короткую скакалку. Играть в подвижную игру «Удочка».</p> <p>П. Знать, технику выполнения стойка на лопатках, согнув ноги, прыжков через короткую скакалку, правила подвижной игры «Удочка».</p>	14
41	Упражнения в равновесии. Стопа человека.	Текущий	<p>Л. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Самостоятельно формулировать по-</p>	14

			<p>знавательные цели, сохранять заданную цель. Уметь рассказывать о функции стопы, и понятии «плоскостопие». Выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Белые медведи».</p> <p>П. Определять понятие «плоскостопие»; описывать причину возникновения плоскостопия и влияние заболевания на организм. Знать, как выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Белые медведи».</p>	
42	Упражнения в равновесии. Упражнения для профилактики плоскостопия.	Контрольное выполнение сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному плану. Уметь рассказывать и показывать упражнения для профилактики плоскостопия. Выполнять упражнения в равновесии, играть в подвижную игру «Белые медведи».</p> <p>П. Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия в составе комплекса упражнений для утренней гигиенической гимнастики. Знать, как выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белые медведи».</p>	14
43	Упражнения в равновесии. Прыжки через короткую скакалку	Текущий	<p>Л. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Белые медведи».</p> <p>П. Знать, как выполнять упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, правила прохождения станций круговой тренировки, правила подвижной игры «Белые</p>	15

			медведи».	
44	Упражнения в равновесии. Прыжки через короткую скакалку	Контрольное выполнение прыжков через короткую скакалку за 30 сек. на результат.	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. М. Работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Выполнять прыжки через короткую скакалку. Играть в подвижную игру «Два Мороза». П. Знать, как выполняются прыжки через короткую скакалку, правила подвижной игры «Два Мороза».	15
45	Подтягивание в висе и висе лежа. Профилактика нарушения зрения.	Полугодовой контроль. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. М. Устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Уметь показывать упражнения для профилактики нарушения зрения, выполнять подтягивание из виса и виса лежа, лазание по гимнастической стенке, играть в подвижную игру «Зайцы в огороде». П. Называть правила гигиены чтения, просмотра телевизора, работы за компьютером; определять правильное положение тела при чтении и работе за компьютером. Выполнять разминку, направленную на сохранение правильной осанки, знать, как выполнять подтягивание из виса и виса лежа, лазание по гимнастической стенке, правила игры «Зайцы в огороде».	15
46	Подтягивание в висе и висе лежа	Полугодовой контроль. Тестирование подтягивания	Л. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	16

		из виса и виса лежа.	<p>М. Слушать и слышать учителя и друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности. Выполнять подтягивание из виса и виса лежа, круговую тренировку, играть в подвижную игру «Зайцы в огороде», иметь представление о том, что такое осанка.</p> <p>П. Знать, как сохранять правильную осанку, выполнять подтягивание из виса и виса лежа, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Зайцы в огороде».</p>	
47	Перелезание через гимнастическое бревно. Физические упражнения для профилактики нарушений зрения.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</p> <p>М. Находить общее решение практической задачи, интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними. Проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Уметь рассказывать и показывать упражнения для профилактики нарушения зрения. Выполнять разные варианты перелезаний, играть в подвижную игру «Два Мороза».</p> <p>П. Рассказывать правила гигиены работы за компьютером; выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения. Знать технику различных видов перелезаний через гимнастическое бревно, правила подвижной игры «Два Мороза».</p>	16
48	Перелезание через гимнастическое бревно	Контрольное выполнение перелезания через гимнастическое бревно на технику	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи. Владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Перелезать через гимнастическое бревно. Проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру.</p>	16

			П. Знать, как выполняется перелезание через гимнастическое бревно, правила прохождения станций круговой тренировки, как выбирать подвижную игру.	
49	Преодоление полосы препятствий	Текущий	<p>1. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p> <p>2. Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; иметь сохранять заданную цель. Уметь преодолевать полосу препятствий, играть в подвижные игры «Быстро по местам», «Запрещенное движение».</p> <p>3. Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игр «Быстро по местам», «Запрещенное движение».</p>	17
50	Преодоление полосы препятствий	Текущий	<p>1. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие этических чувств, сопереживания чувствам других людей; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p> <p>2. Представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме; добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность). Формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; иметь сохранять заданную цель. Уметь преодолевать полосу препятствий, играть в подвижные игры «Быстро в круг», «Запрещенное движение».</p> <p>3. Знать, что такое полоса препятствий, как ее преодолевать, правила игр «Быстро по местам», «Удочка».</p>	17
51	Преодоление полосы препятствий	Текущий	<p>1. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p> <p>2. Слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи. Владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, контролиро-</p>	17

			<p>вать процесс и оценивать результат своей деятельности. Проходить полосу препятствий, играть в подвижные игры «Пятнашки», «Минутка».</p> <p>3. Знать, как проходить полосу препятствий, правила подвижных игр «Пятнашки», «Минутка».</p>	
Тема «Лыжная подготовка» - 15 часов.				
52	Переноска и надевание лыж	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. Эффектно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Пристегивать крепления, передвигаться ступающим шагом на лыжах без палок.</p> <p>П. Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим шагом на лыжах без палок.</p>	18
53	Построение на лыжах. Ступающий шаг	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. Эффектно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель. Пристегивать крепления, передвигаться ступающим шагом на лыжах без палок.</p> <p>П. Выполнять организационные требования на уроках, посвященных лыжной подготовке, готовить лыжный инвентарь к эксплуатации, знать технику передвижения ступающим шагом на лыжах без палок.</p>	18
54	Передвижение ступающим и приставными шагами	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах ступающим и приставным шагами без лыжных палок, повороты переступанием без лыжных палок, эстафеты.</p>	18

			П. Знать, как передвигаться ступающим и приставным шагами без палок, выполнять повороты переступанием без палок, правила выполнения эстафет.	
55	Скользкий шаг без палок	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах ступающим и приставным шагами без лыжных палок, повороты переступанием без лыжных палок, эстафеты. П. Знать, как передвигаться ступающим и приставным шагами без палок, выполнять повороты переступанием без палок, правила выполнения эстафет.	19
56	Скользкий шаг без палок	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах скользящим шагом без лыжных палок, повороты переступанием без лыжных палок, эстафеты. П. Знать, как передвигаться скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием без палок, правила выполнения эстафет.	19
57	Скользкий шаг без палок	Контрольное выполнение скользящего шага без палок на технику	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах скользящим шагом без лыжных палок, повороты переступанием без лыжных палок, эстафеты. П. Знать, как передвигаться скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием без палок, правила выполнения эстафет.	19
58	Поворот переступанием	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	20

			<p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах скользящим шагом без лыжных палок, повороты переступанием без лыжных палок, эстафеты.</p> <p>П. Знать, как передвигаться скользящим шагом без палок, выполнять повороты переступанием без палок, правила выполнения эстафет.</p>	
59	Поворот переступанием	Контрольное выполнение поворота переступание на технику	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. Передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру «Салки на лыжах».</p> <p>П. Знать, как передвигаться на лыжах змейкой, правила подвижной игры «Салки на лыжах».</p>	20
60	Скользящий шаг с палками	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагами без лыжных палок, скользящим шагом с палками, взятыми за середину.</p> <p>П. Знать, как передвигаться ступающим и скользящим шагами без палок, скользящим шагом с палками, взятыми за середину.</p>	20
61	Скользящий шаг с палками	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагами без лыжных палок, скользящим шагом с палками, взятыми за середину.</p> <p>П. Знать, как передвигаться ступающим и скользящим шагами без палок, скользящим</p>	21

			шагом с палками, взятыми за середину.	
62	Скользящий шаг с палками	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Передвигаться на лыжах ступающим и скольльзящим шагами без лыжных палок, скольльзящим шагом с палками, взятыми за середину.</p> <p>П. Знать, как передвигаться ступающим и скольльзящим шагами без палок, скольльзящим шагом с палками, взятыми за середину.</p>	21
63	Подъемы и спуски с небольших склонов.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга. Видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуелочкой».</p> <p>П. Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и спуск со склона в основной стойке.</p>	21
64	Подъемы и спуски с небольших склонов.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие эстетических чувств, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Осуществлять действия по образцу и заданному плану. Выполнять подъем «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах.</p> <p>П. Знать, как выполняются подъем на склон «полуелочкой» и «елочкой», спуск со склона в основной стойке.</p>	22
65	Передвижение на лыжах до 1,5	Текущий	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	22

	км		<p>М. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Проходить дистанцию 1-1,5 км на лыжах, играть в подвижную игру «Салки на снегу».</p> <p>П. Знать, технику передвижения на лыжах, как рассчитывать свои силы при прохождении дистанции 1-1,5 км, играть в подвижную игру «Салки на снегу».</p>	
66	Передвижение на лыжах до 1,5 км	Контрольное прохождение дистанции 1 км без учета времени.	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели. Адекватно понимать оценку взрослого. Передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке.</p> <p>П. Знать, как выполняются ступающий и скользящий шаг на лыжах, поворот переступанием на лыжах, как передвигаться змейкой, как подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке.</p>	22
Тема «Подвижные и спортивные игры» - 20 часов.				
67	Стойки игрока. Перемещения бегом и приставными шагами.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слышать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Повторить упражнения с малым мячом, как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Самый ловкий».</p> <p>П. Выполнять разминку с малым мячом, знать, как выполняются передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Самый ловкий».</p>	23
68	Остановка двумя шага-	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со</p>	23

	ми. Закаливание.		<p>сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слышать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Уметь рассказывать о закаливании и простейших процедурах закаливания. Повторить упражнения с мячом, как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Самый ловкий».</p> <p>П. Называть способы закаливания организма; обосновывать смысл закаливания; описывать простейшие процедуры закаливания. Выполнять разминку без предмета, знать, как выполняются передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Самый ловкий».</p>	
69	Ловля и передача мяча двумя руками на месте.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слышать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Повторить упражнения с малым мячом, как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Самый ловкий».</p> <p>П. Выполнять разминку с малым мячом, знать, как выполняются передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Самый ловкий».</p>	23
70	Ловля и передача мяча двумя руками на месте.	Контрольное выполнение ловли и передачи мяча на технику	<p>Л. Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки.</p> <p>М. Использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Самостоятельно формировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Выполнять передачи и ловлю мяча в парах в движении, играть в подвижную игру «15 передач».</p>	24

			П. Выполнять разминку с мячом в парах в движении, знать, как выполняется передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «15 передач».	
71	Ловля и передача мяча в движении	Текущий	Л. Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки. М. Использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Самостоятельно формировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Выполнять передачи и ловлю мяча в парах в движении, играть в подвижную игру «15 передач». П. Выполнять разминку с мячом в парах в движении, знать, как выполняется передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «15 передач».	24
72	Ловля и передача мяча в движении. Олимпийские игры.	Текущий	Л. Развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие личной ответственности за свои поступки. М. Использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Самостоятельно формировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. Рассказывать об Олимпийских играх. Выполнять передачи и ловлю мяча в парах в движении, играть в подвижную игру «10 передач». П. Понимать миротворческую роль Олимпийских игр в древнем мире. Выполнять разминку с мячом в парах в движении, знать, как выполняется передача и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «10 передач».	24
73	Ведение мяча на месте. История появления Олимпийских игр.	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, добывать	25

			<p>недостающую информацию с помощью вопросов. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Рассказывать об истории появления Олимпийских игр. играть в подвижную игру «10 передач».</p> <p>П. Пересказывать тексты об истории возникновения Олимпийских игр. Знать технику ведения мяча и правила подвижной игры «10 передач».</p>	
74	Ведение мяча в движении по прямой	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопасный образ жизни.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Выполнять ведение мяча на месте в изменяющихся условиях, знать правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p> <p>П. Выполнять разминку с мячом, знать технику ведения мяча на месте и по прямой, правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	25
75	Ведение мяча в движении по прямой	Контрольное выполнение ведения мяча по прямой на технику.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слышать и слушать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать). Адекватно оценивать свои действия и действия партнера, видеть указанную ошибку и исправлять ее. Повторить упражнения с малым мячом, как в парах, так и в одиночку, играть в подвижную игру «Мяч ловцу».</p> <p>П. Выполнять разминку с малым мячом, знать, как выполняются ведение мяча в движении по прямой шагом, правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	25
76	Ведение мяча с изменением	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, формирование установки на безопас-</p>	26

	направления движения		<p>ный образ жизни.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять ее, сохранять заданную цель. Выполнять ведение мяча в движении в изменяющихся условиях, знать правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p> <p>П. Выполнять разминку с мячом, знать технику ведения мяча в движении в сочетании с ловлей и передачей мяча партнеру и правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	
77	Ведение мяча с изменением направления движения	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Выполнять ведение мяча с изменением направления движения, бросок мяча в цель, играть в подвижную игру «Мяч ловцу».</p> <p>П. Знать, как выполняется ведение мяча с изменением направления движения, бросок мяча в цель, правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	26
78	Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. Выполнять бросок мяча в цель, играть в подвижную игру «Мяч ловцу».</p> <p>П. Знать, как выполняется бросок мяча в цель, правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	26
79	Броски в цель (кольцо, щит,	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со</p>	27

	мишень)		<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Выполнять броски мяча в кольцо после ведения мяча, играть в подвижную игру «Мяч ловцу».</p> <p>П. Знать технику броска мяча в баскетбольное кольцо разными способами и после ведения мяча, правила подвижной игры «Мяч ловцу».</p>	
80	Мяч капитану	Текущий	<p>Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижные игры «Мяч капитану» и «Мяч ловцу».</p> <p>П. Знать правила подвижной игры «Мяч капитану».</p>	27
81	Мяч капитану	Текущий	<p>Л. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения. Самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Играть в подвижные игры «Мяч капитану».</p> <p>П. Знать правила подвижной игры «Мяч капитану».</p>	27
82	У кого меньше мячей	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. Выполнять наклон вперед из положения сидя, метание малого мяча в вертикальную цель, играть в различные варианты подвижной игры «У кого меньше мячей».</p> <p>П. Знать варианты подвижной игры «У кого меньше мячей».</p>	28

83	Эстафеты с мячом. Прыжки с ноги на ногу.	Текущий	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Выполнять прыжки с ноги на ногу, играть в эстафеты с мячом.</p> <p>П. Знать технику выполнения прыжков с ноги на ногу, варианты подвижной эстафет с мячом.</p>	28
84	Эстафеты с мячом. Прыжки с ноги на ногу.	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции. Выполнять прыжки с ноги на ногу, играть в эстафеты с мячом.</p> <p>П. Знать технику выполнения прыжков с ноги на ногу, варианты подвижной эстафет с мячом.</p>	28
85	Перестрелка	Итоговый контроль. Тестирование основ знаний.	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками. Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель. Выполнять подтягивание из виса и виса лежа, играть в подвижную игру «Перестрелка».</p> <p>П. Знать, как выполняется подтягивание из виса и виса лежа, правила подвижной игры «Перестрелка».</p>	29
86	Перестрелка	Текущий	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной</p>	29

			<p>отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Играть в подвижную игру «Перестрелка».</p> <p>П. Знать правила подвижной игры «Перестрелка».</p>	
Тема «Легкая атлетика» - 10 часов.				
87	Прыжок в высоту с разбега. Наклон вперед из положения стоя.	Итоговый контроль. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своих деятельности. Выполнять тестирование наклона вперед из положения стоя, прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Пятнашки».</p> <p>П. Знать, как выполняется тестирование наклона вперед из положения стоя, прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Пятнашки».</p>	29
88	Прыжок в высоту с разбега. Подтягивания из виса и виса лежа.	Итоговый контроль. Тестирование подтягивания из виса и виса лежа.	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p> <p>М. Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, контролировать процесс и оценивать результат своих деятельности. Прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Пятнашки».</p> <p>П. Знать, как выполняется прыжок в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Пятнашки».</p>	30
89	Прыжок в высоту с	Контрольное выполнение	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе</p>	30

	разбега	прыжка в высоту с разбега на технику.	представлений о нравственных нормах, справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни. М. Слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Пятнашки». П. Знать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега, правила подвижной игры «Пятнашки».	
90	Челночный бег 3x10 м	Итоговый контроль. Тестирование челночного бега 3x10 м.	Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование установки на безопасный образ жизни. М. Владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими нормами родного языка. Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. Проходить тестирование челночного бега 3x10 м, выполнять прыжок в длину с места, играть в подвижную игру «Караси и щука». П. Знать правила тестирования челночного бега 3x10 м, технику выполнения прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Караси и щука».	30
91	Прыжок в длину с места	Итоговый контроль. Тестирование прыжка в длину с места.	Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Проходить тестирование прыжка в длину с места, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Караси и щука». П. Знать правила тестирования прыжка в длину с места, технику выполнения прыжка в длину с разбега, правила подвижной игры «Караси и щука».	31

92	Бег на 30 м. Прыжок в длину с разбега	Итоговый контроль. Тестирование бега на 30 м.	<p>Л. Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.</p> <p>М. Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, прыгать в длину с разбега, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Знать правила тестирования на 30 м с высокого старта, технику выполнения прыжка в длину с разбега, правила игры «Совушка».</p>	31
93	Прыжок в длину с разбега	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения. Принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. Выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Совушка».</p> <p>П. Выполнять прыжок в длину с разбега, понимать правила подвижной игры «Совушка».</p>	31
94	Метание малого мяча с места на дальность	Текущий	<p>Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать правила «круговой эстафеты», метание мяча с места на дальность.</p> <p>П. Знать правила «круговой эстафеты», метание мяча с места на дальность.</p>	32
95	Метание ма-	Текущий	Л. Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	32

	лого мяча с места на дальность		<p>принятие социальной роли обучающегося, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности.</p> <p>М. Сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Рассказывать правила «круговой эстафеты», как выполнять метание мяча с места на дальность.</p> <p>П. Знать правила «круговой эстафеты», технику метания мяча с места на дальность.</p>	
96	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км	Текущий	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение. Владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. Подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них.</p> <p>П. Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры.</p>	32
Резервный урок – 6 часов.				
97-102	Резервный урок	Текущий	<p>Л. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуаций.</p> <p>М. Слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовать и осуществлять совместную деятельность, уважать иное мнение. Владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач. Подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них.</p> <p>П. Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры.</p>	33-34

