

Муниципальное казённое образовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа п.Ольга»

Ольгинского района Приморского края



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре (Школа России)

2 класс

3 часа, 102 часа

кол-во часов в неделю, в год

Учитель: Магомедмирзоева М.Р. начальные классы.

Ф. И. О. педагога, преподаваемый предмет, категория

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, на основе Закона Российской Федерации «Об образовании».

Учебник: И.В.Лях, «Физическая культура» «Просвещение», 2016г.

(Автор, название, издательство, год

2020 – 2021 учебный год

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012 в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом общего начального образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373, соответствует базисному учебному плану МКОУ «СОШ п. Одыга».

Рабочая программа адресована для общеобразовательных учреждений с учетом возрастных и психологических особенностей учащихся 2 класса.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «Физическая культура» входит в образовательную область «Физическая культура».

Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (спартакиады и спорт, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слеты и походы) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию содержательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Предметом обучения физической культуры во 2 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

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

4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	26
5	Лыжные гонки	12
Количество уроков в неделю		3
Количество учебных недель		34
Итого		102

Учебный процесс в МКОУ «СОШ п. Озлаи» осуществляется по четвертям, поэтому изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе будет проходить в следующем режиме:

Предмет	Количество часов				
	неделю	четверть			
		1	2	3	4
Физическая культура, 2 класс	3	24	24	30	24
					102

ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

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

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

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и достигать общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования

Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

- выполнять передвижения и ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях.

СТРУКТУРА УЧЕБНОГО КУРСА

№ п/п	Разделы и темы программы	Характеристика деятельности учащихся
1	Знания о физической культуре Понятие о физической культуре Основные способы передвижения человека Профилактика травматизма	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения
2	Легкая атлетика Беговая подготовка	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений Описывать технику прыжковых упражнений

5	Лыжные топки	Осваивать команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами. Передвижения на лыжах ступающим и скользящим: одновременным, двухшажным, попеременным, попеременным двухшажным, одновременный ступающий ход, чередование изменений
---	--------------	---

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- по разделу «Знания о физической культуре» — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры; рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» — стронгаться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища на 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с заведением одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на матах-хопках, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений: гибкость, у гимнастической стенки, с мячами-мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамьями и на них;

1. Дополнительная литература:

1. Лях, В. И. Программы общеобразовательных учреждений. 1-11 классы : комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. — М. : Просвещение, 2011.
2. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. 2 - 4-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2013. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).
3. Кофман, Л. Б. Настоящая книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, 1998.
4. Ковалько, В. И. Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы / В. И. Ковалько. - М. : Вако, 2006.

2. Интернет-ресурсы:

- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» - Режим доступа : <http://festival.1september.ru/articles/576894>
- Учительский портал. - Режим доступа : <http://www.uclportal.ru/load/102-1-0-13511>
- К уроку. ru. - Режим доступа : <http://www.k-uroku.ru/load/71-1-0-6958>
- Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>
- Pedsovet.Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>
- Пршкола. Ян. - Режим доступа : <http://www.proshkola.ru>
- Педсовет.о. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>

4. Учебно-практическое оборудование:

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
2. Скамейка гимнастическая жесткая 2 м, 4 м (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
3. Комплект навесного оборудования - мишени для метания (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
4. Мячи: мяч малый (теннисный); мяч малый (мягкий); мячи футбольные (на каждого ученика); массажные (на каждого ученика).
5. Скамья детская (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
6. Мат гимнастический (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
7. Кегли (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
9. обруч пластиковый детский (демонстрационный - экземпляр).
10. Флажки: разметочные с опорой; стартовые (демонстрационный - экземпляр).
11. Рулетка измерительная (на каждого ученика).
12. Набор инструментов для подготовки прикладных жм.
13. Лыжи детские с креплениями и палками (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
14. Сетка для переноса и хранения мячей (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).

№ урока	Тема урока Тип урока	Кол-во часов	Объект контроля			Деятельность учащихся	Формы контроля	Дата
			предметные	Метапредметные	личностные			план
Летняя атлетика – 11 часов								
1 (1)	Ходьба через препятствия и бег с высоким подниманием бедра. Вводный		Знать разновидности ходьбы. Распределить свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушений осанки; выполнять детско-детские упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м. К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями; подвижными и спортивными играми. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающегося; формирование устойчивых безопасных, здоровый образ жизни	Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей. Инструктаж	Текущий	
2 (2)	Ходьба через препятствия и бег со скоростью 60м.		Распределить свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушений	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м. К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающегося	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей.	Текущий	

	<p>скоростью 60м.</p> <p>Комплексный</p>	<p>время продолжительности бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки; выполнять легкоатлетически упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.</p>	<p>К. Использовать общие приемы решения поставленных задач: определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>скоростью 60 м. Игра «Белые медведи».</p> <p>Развитие скоростных способностей</p> <p>Олимпийские игры истории возникновения</p>		
<p>5</p> <p>(5)</p>	<p>Ходьба через препятствия и бег на результат 30, 60м.</p> <p>Учетный</p>	<p>Распределять свои силы во время продолжительности бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки; выполнять легкоатлетически упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием.</p>	<p>П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Проводить с максимальной скоростью до 60 м.</p> <p>К. Использовать общие приемы решения поставленных задач: определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена стороны».</p> <p>Понятия: <i>«интервал», «старт», финиш»</i></p>	<p>Текущий</p>	

			Научится: выполнять легкоатлетически с упражнениями; технически правильно отталкиваться и протекаться.	планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	соревнований в беге, прыжках.	
9 (9)	Метание на дальность с места. Комплекс- ный		Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и осознание роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно- силовых качеств. Правила соревнований в метаниях.	Текущий
10 (10)	Метание малого мяча на дальность с места. Комплекс- ный		Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и осознание роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно- силовых качеств. Правила соревнований в метаниях.	Текущий

	я	время занятий физическими упражнениями	действия		Развитие координационных способностей Инструкция по ПП		
13 (2)	Акробатик а. Перекаты и группиров ка с опорой руками за головой. Строевые упражнени я Комбинир ованный	Различать и выполнять строевые команды. Выполнить акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляет положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаше шаг!», «Реже!», «На первой-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. ОРУ Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей	Закрученный	5-7
14 (3)	Акробатик а. Перекаты и группиров ка с опорой руками за головой. Строевые упражнени я	Различать и выполнять строевые команды. Выполнить акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляет положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаше шаг!», «Реже!», «На первой-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. ОРУ Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей	Закрученный	5-7

	Совершенство						
17 (6)	Акробатика. Перекаты и группировка с опорой руками за головой. Строевые упражнения Учет-ный	Растягивать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации. К. сплоченность, сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявляет положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаше шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на «пятках». Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей	Текущий	
18 (7)	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Строевые упражнения Комплексный	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	Текущий	14.15
19 (8)	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, формирование установки на безопасный,	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	Текущий	15.30

	согнутых руках. Подтягивание в висе. Строевые упражнения	пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирован установкой на безопасной, здоровый образ жизни	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	
23 (12)	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Строевые упражнения	Правильно выполнять виды для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья Подтягивание: «5» – 5; «4» – 3; «3» – 1. Отжимание от скамейки: «5» – 16; «4» – 11; «3» – 6	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе. К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения. Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасной, здоровый образ жизни	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей	Текущий
24 (13)	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры	Передвижение по диагонали, противолоном, «змежкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического воя.	Текущий

	упражнения в равновесии	Совершенствование	скамейке на развитие координации движений.	прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	основе положительного отношения к уроку физической культуры	«змеёйкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей		15.11
28 (17)	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии	Комплексный	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры	Передвижение по лазанью, прогибанием, «змеёйкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей	Текущий	15.11
29 (18)	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии	Комплексный	Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры	Передвижение по лазанью, прогибанием, «змеёйкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре	Текущий	15.11

33 (3)	е игры: Белые медведи, Пустое место, Эстафеты.	формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	позиция школьника на основе положительных отношениях к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	«Белые медведи» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		25.9
33 (4)	Подвижные игры: Белые медведи, Пустое место, Эстафеты.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место». «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Техуший	25.9
34 (5)	Подвижные игры: Белые медведи, Пустое место, Эстафеты.	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных	ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи», Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей	Техуший	26.11

	е медведи. Пустое место. Эстафеты.	физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций			28-7
38 (9)	Подвижные игры: Прыжки по полосам. Волк во рву. Эстафеты.	Начинать игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определить общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Текущий	2.12
39 (10)	Подвижные игры: Прыжки по полосам. Волк во рву. Эстафеты.	Начинать игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определить общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Текущий	2.12
40		Начинать игры и	П. Уметь играть в	Внутренняя	ОРУ. Игры: «Прыжки	Текущий	2.12

	ствояние		травматизма во время занятий	условиями ее решения				
43 (14)	Подвижные игры: Прыжки по полосам, Волк во рву, Эстафеты.	Совершенствование	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Текущий	12/12
44 (15)	Подвижные игры: Прыжки по полосам, Волк во рву, Эстафеты.	Совершенствование	Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Текущий	12/12
45 (16)	Подвижные игры: Прыжки по полосам, Волк во		Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми;	П. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение создавать	ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Текущий	12/12

48 (1)	Вводный. Значение лыжной подготовки. Комплекс- ный	Выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, скорости, выносливости). Ознакомиться с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря.	П. Уметь правильно передвигаться на лыжах. К. Управление коммуникацией – адекватно использовать речь. Р. Планирование составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности	Самоопределе- ние – готовность и способность обучающихся к саморазвитию	Знание лыжной подготовки, требования к одежде, обуви и лыжному инвентарю. Познакомить с требованиями программы по лыжной подготовке.	Текущий	25.12
49 (2)	Скользкий шаг Совершен- ствования	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные элементы контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	П. Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных элементов связанных с выполнением упражнений. К. Формирование способов политического взаимод. действия со сверстниками в паре и группах при разучивании упражнений. Умение объяснить ошибки при навышении упражнений. Р. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Техника передвижения скользящим шагом. Пройсхождение дистанции в 500-600 метров средним.	Текущий	26.12
50 (3)	Скользкий шаг. Диста	Проводить выносливость при прохождении	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Развитие самостоятельности и личной	Техника передвижения скользящим шагом. Пройсхождение	Текущий	13.01

			лыжных ходов.	использовать их в игровой и соревновательной деятельности.				
52 (5)	Попеременный двухшажный ход. Поход от переступанием.	Совершенствование	<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.</p>	<p>П. Осмысление техники выполнения различаемых заданий и упражнений.</p> <p>К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Р. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых лыжных ходов, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.</p>	<p>Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>	Попеременный двухшажный ход. Поход от переступанием.	Текущий	16.01
53 (6)	Попеременный двухшажный ход. Спуск на лыжах и подъем ступающим шагом.	Совершенствование	<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в</p>	<p>П. Осмысление техники выполнения различаемых заданий и упражнений.</p> <p>К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Р. Умение технически правильно выполнять</p>	<p>Развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>	Попеременный двухшажный ход. Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъем ступающим шагом.	Текущий	20.01

			ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.				
56 (9)	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Комплексный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Ступка в основной стойке.	Текущий		2201
57 (10)	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой. Комплексный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой, ступка в основной и низкой стойке.	Текущий		2202

			сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения заданных ходов.	Ответствен с заданиями урока, владение специальной терминологией. Р. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.				
60 (13)	Спуск в основной стойке и подъем лессенкой. Комплексный		Проводить выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Спуск в основной стойке и подъем лессенкой. Поворот переступанием в движении.	Текущий	3.62
61 (14)	Спуск в основной стойке и подъем лессенкой.		Проводить выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами	П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о	Спуск в основной стойке и подъем лессенкой. Поворот переступанием в движении.	Текущий	5.62

				освоенных знаний и имеющегося опыта.				
63 (16)	Подъем и спуск на склоне Совершенствования		Проводить выносливость при прохождении тренировочных дистанций различными способами передвижения. Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	<p>П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p> <p>К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Р. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Подъем и спуск на основе	Текущий	10.12
64 (17)	Попеременный двухшажный ход Совершенствования		Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных	<p>П. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p> <p>К. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.</p> <p>Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости.	Текущий	12.12

	Совершенствования	разученными способами передвижения. Применить правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	на основе представлений о нравственных нормах.			
67 (20)	Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км. Учет-ный	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применить правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	П Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км.	Текущий	

ла - 24 часа								
69 (1)	Подвижны е игры на основе баскетбола Игра «Пере- дач- сидись» Комплекс- ный	Знать технику ловли и передачи мча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Проявлять позитивные качества личности и управлять своими модными в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (штанг). ОРУ Игра «Передач- сидись». Развитие координационных способностей	Текущий	20.02	
70 (2)	Подвижны е игры на основе баскетбола Игра «Пере- дач- сидись» Совершен- ствование	Знать технику ловли и передачи мча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	проявлять дисциплинирован- ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам; находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (штанг). ОРУ Игра «Передач- сидись». Развитие координационных способностей	Текущий	22.02	
71 (3)	Подвижны е игры на основе баскетбола Игра «Пере- дач- сидись»	Знать технику ловли и передачи мча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на рассто- яние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.	проявлять дисциплинирован- ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (штанг). ОРУ. Игра «Передач-сидись». Развитие	Текущий	24.03	

	а мячей по кругу.» Совершенствование ЗУН	игроков	мини-баскетбол К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	общий язык, общие интересы.	рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей		11.03
75 (7)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Гонка мячей по кругу.» Совершенствование ЗУН	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча на месте и в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Текущий	12.03
76 (8)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Гонка мячей по кругу.» Совершенствование ЗУН	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча на месте и в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Текущий	14.03

	ствование ЗУН	способностей, ориентирование в пространстве.	Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.		мичей по кругу» Развитие координационных способностей		30,03
80 (12)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Гонка мячей по кругу» Комплексный	Освоить подвижные игры на совершенствовании навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча на месте и в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу» Развитие координационных способностей	Текущий	1,04
81 (13)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Гонка мячей по кругу» Совершенствование ЗУН	Освоить подвижные игры на совершенствовании навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча на месте и в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу» Развитие координационных способностей	Текущий	2,04
82 (14)	Подвижные игры на основе	Освоить подвижные игры на	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение,	Оказывать бескорыстную помощь своим	Ловля и передача мяча на месте и в треугольниках,	Текущий	6,04

				соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;				
85 (17)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу» Комплексный	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. дифференцировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Текущий	13,04	
86 (18)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу» Комплексный	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. дифференцировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Текущий	15,04	
87 (19)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу»	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди.	Текущий	16,04	

(22)	е игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу» Совершенствование ЗУП)	подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формировать умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	бескорыстно, помочь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	движения в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.		23.04
91 (23)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу» Комплексный	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формировать умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах, в кругу. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Текущий	27.04
92 (24)	Подвижные игры на основе баскетбола Игра «Мяч ловцу» Комплексный	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков и прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. Уметь владеть мячом, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол. К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формировать умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах, в кругу. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Текущий	28.04

			(ходьба, бег), технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	жизни			
95 (3)	Ходьба и бег через несколько прыжков. Бег 60м. Комплексный	Распределить свои силы во время прохождения бегового упражнения по профилактике нарушений осанки; выполнять комплексы физических упражнений (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м. К. Использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Ходьба через несколько прыжков. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи», «Эстафета перелет». Развитие скоростных способностей	Текучий	255	
96 (4)	Ходьба и бег на 30-60м. Учетный	Распределить свои силы во время прохождения бегового упражнения; выполнять комплексы физических упражнений (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с	П. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м. К. Использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающегося; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон»		1305	

		<p>легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.</p>	<p>физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>установки: безопасный, здоровый образ жизни</p>			15.05
99 (7)	<p>Прыжки в высоту с разбега.</p> <p>Комплексный</p>	<p>Описывать технику прыжковых упражнений. Оценивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.</p>	<p>П. Правильно выполнить основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги. К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения; принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многопрыжки. Игра «Приглашение воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств</p>	Текущий	20.05

			<p>малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>	<p>планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>жизни.</p>			
102 (10)	<p>Метание мяча на дальность с 4-5м.</p> <p>Комплексный</p>	<p>Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>	<p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании: метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений. К. формулировать учебные задачи вместе с учителем; корректировать выполнение упражнений. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	<p>Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча, вперед вверх на дальность, и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств</p>	Текущий		

