**Муниципальное общеобразовательное учреждение Михалевская средняя общеобразовательная школа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **«УТВЕРЖДАЮ»**  **Директор МОУ Михалевской СОШ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.Н.Мельситова**  ***Приказ № 165 от «29» августа 2014г.*** |

**Рабочая программа по физической культуре**

**(базовый уровень)**

**2-б класс**

**разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе примерной программы начального общего образования, основной образовательной программы**

**начального общего образования МОУ Михалевской СОШ, программы В.И.Ляха**

**«Физическая культура. 1-4 классы» (УМК «Школа России»)**

**Составитель:**

**учитель начальных классов**

**Нечепуренко Людмила Владимировна**

**2015-2016 учебный год**

**I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по физической культуре для 2-а класса общеобразовательной школы составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе примерной программы начального общего образования, основной образовательной программы начального общего образования МОУ Михалевской СОШ,программы В.И.Ляха «Физическая культура. 1-4 классы. М.: Просвещение, 2012» (УМК «Школа России»)

Линия учебников УМК «Школа России» и весь курс по физической культуре в целом под редакцией В.И.Лях способствуют решению потребностей современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Принципиальные позиции, положенные автором в основу программы, позволяют в процессе обучения в полном объеме реализовывать **миссию школы** «Обучение, воспитание и развитие всех обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей, образовательных потребностей и возможностей путем создания максимально благоприятных условий для **каждого** ребенка, поиск и поддержка одаренных детей и создание условий для самореализации».

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

Универсальные учебные действия формируются в двигательных, личностных, коммуникативных, познавательных, регулятивных сферах, обеспечивающих способность к организации самостоятельной учебной деятельности.

**Цели изучения курса:**

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физиче­ской культуры являются крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, зна­ния и навыки в области физической культуры, мотивы и осво­енные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную *деятельность.*

Решая задачи физического воспитания, необходимо ориентировать учащихся на такие важные компоненты деятельности как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духов­ное совершенствование личности, формирование у учащихся по­требностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, фор­мирование гуманистических отношений, приобретение опыта об­щения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддер­жания высокого уровня физической и умственной работоспособ­ности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

**Задачи физического воспитания на­правлены на:**

-укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;

- формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;

- воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;

-обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития (рост, вес, пульс и т.д.).

**В соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию главными задачами для учителя являются:**

- укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию;

- развитие координационных способностей;

- формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня;

- приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм;

- воспитание морально-волевых качеств;

- воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;

- обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями.

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

формирование универсальных учебных действий в двигательных, личностных, коммуникативных, познавательных, регулятивных сферах, обеспечивающих способность к организации самостоятельной учебной деятельности.

**II. Место предмета в учебном плане**

Согласно региональному базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Московской области на изучение физической культуры **во 2 классе выделяется 102 ч** (3 ч в неделю, 34 учебных недели).

**III. Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

Содержание программы направлено на создание условий для развития личности ребенка, мотивации к познанию, творчеству и приобщению к общечеловеческим ценностям, укрепления психического и физического здоровья.

**Знания о физической культуре**

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

**Способы физкультурной деятельности**

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

**Физическое совершенствование**

Гимнастика с основами акробатики.

Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

Легкая атлетика

Бег: равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов.

Броски большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход.

Спуски в основной стойке.

Подъем «лесенкой».

Торможение «плугом».

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки — желуди — орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

**IV. Планируемые результаты изучения программы**

**В результате изучения физической культуры ученик научится:**

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);

-вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;

-выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);

-выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;

-выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;

-выполнять комплексы упражнений для развития равновесия.

**Второклассник получит возможность научиться:**

- использовать комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки;

- проводить закаливающие процедуры;

- определять уровень развития собственных физических качеств;

***-демонстрировать уровень физической подготовленности:***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень | | | | | |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | | | Девочки | | |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз | 14-16 | 8-13 | 5-7 | 13-15 | 8-12 | 5-7 |
| Прыжок в длину с места (см) | 143-150 | 128-142 | 119-127 | 136-146 | 118-135 | 108-117 |
| Наклон вперед, не сгибая ног в коленях | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола |
| Бег 30 м с высокого старта (с) | 6.0-5.8 | 6.7-6.1 | 7.0-6.8 | 6.2-6.0 | 6.7-6.3 | 7.0-6.8 |
| Бег 1000 м | без учета времени | | | | | |

***Промежуточная аттестация будет проведена в форме зачётов: бег на 30м, челночный бег, прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине.***

**V. Учебно-тематическое планирование**

**по предмету «Физическая культура» на 102 ч в год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Всего часов** |
| **1.** | **Лёгкая атлетика** | **25** |
| **2.** | **Спортивные игры** | **22** |
| **3.** | **Гимнастика с основами акробатики** | **38** |
| **4.** | **Лыжная подготовка** | **15** |
| **5.** | **Резервные часы** | **2** |
| **Итого** |  | **102** |

**VI. Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура» на 102 часов в год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Дата | | | Тема урока | Решаемые проблемы; цель деятельности учителя | Планируемые результаты в соответствии с ФГОС | | | | |
| по пла-ну | | факт | понятия | предметные результаты | универсальные учебные действия (УУД) | | личностные результаты |
| 1 | 2 | | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | 8 |
| **1 четверть – 24ч**  **Лёгкая атлетика – 13ч** | | | | | | | | | | |
| 1 |  | |  | 1.Правила поведения в спортив- ном зале и на спорти-вной пло- щадке. Подвиж- ная игра «Салки-до-  гонялки». | Как вести себя на уроке? Почему необходимо соблюдать технику безопасности?  **Цель:** помочь учащимся осво ить правила поведения и технику безо-пасности. | Правила поведения и техника безопасно-сти | **Научатся** выпо- лнять правила поведения и тех- нику безопаснос-  ти на уроках фи- зической культу- ры, быстро и точно реагиро- вать на сигналы, владеть школой движений | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формули- ровать и удерживать учебную задачу; *контроль и самоконтроль – использовать* установленные правила в контроле способа решений; *оценка* – выделять и формулиро- вать усвоенный материал.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотруд-ничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затрудне- ния; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач | | ***Самоопре-деление:*** осознание ответствен-ности человека за общее благополу-чие |
| 2 |  | |  | 2.Совер-шенство-вание строевых упражне-ний. Обуче ние поло- жению вы- сокого старта. Игра «Ло- вишка». | Что такое ше- ренга, колон- на? Какой до-лжна быть спортивная форма?  **Цель:** учить принимать положение высокого старта; повто-рить строевые упражнения. | Команды: «На старт», «Внима-  ние», «Марш».  Высокий старт. | **Научатся** выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам: «Внимание», «Марш», «На старт», техниче-ски правильно принимать поло-жение высокого старта. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать задачу.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач | | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной де- ятельности; ***самоопре-деление:*** самооценка на основе критериев успешной учебной деятельнос-ти |
| 3 | |  |  | 3.Совершенствова-ние строе- вых упра- жнений. Обучение бегу с вы- сокого старта на дистанцию 30м. Игра «Салки с домом». | Как правильно выполнять бег с высокого старта? **Цель:** учить правильной технике бега и положению высокого старта. | Бег с высо кого стар- та. Строевые упражне-ния | **Научатся** пра- вильно выпол- нять бег с высо-кого старта, стро-иться в колонну и шеренгу. | ***Регулятивные:*** *контроль и самоконтроль* **–** соотноситьспособ действия и его результат с заданным эталоном.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешной учебной деятельнос-ти; ***нрав-ственно-этическая ориента-ция:*** уважи- тельное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов | | |
| 4 | |  |  | 4.Развитие скорости и ориента-ции в про- странстве. ***Контроль:*** челночный бег 5х10. Игра «Гуси-лебеди». | Как показать высокие ре- зультаты в челночном беге?  **Цель:** учить бегу с измене-нием направ-ления движе-ния. | Выносли-вость,  темп бега, финиш. | **Научатся** выпол- нять бег на выно сливость**,**распре-делять силы по всей дистанции | ***Регулятивные:*** *планирование* **–** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; применять установленные правила в планировании способа решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* **–** применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – слушать собеседника; договариваться о совместных функциях координации действий | ***Самоопре-деление:*** начальные навыки адаптации в динамично изменяюще-мся мире.  ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти, находить выходы из трудных ситуаций | | |
| 5 | |  |  | 5.Расчёт по поряд- ку. Обуче- ние прыж- кам вверх и в длину с места. Игра «Удочка». | Как прыгать вверх и в дли-ну с места?  **Цель:** научить правильному бегу и броску мяча стоя | Легкоатле-тические упражне-ния. Пра- вила безо-пасности. | **Научатся** выпо-лнять легкоатле-тические упраж-нения; оценивать величину нагруз-ки по частоте пульса. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *знаково-символические* *средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения поставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество –* формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти,выби- рать наибо- лее эффекти вные спосо- бы решения задач | | |
| 6 | |  |  | 6.Беседа «Физичес-кая культу ра как сис-тема заня- тий физ. упражне-ниями». Игра «Жмурки». | Какая польза от занятий физ. культу- рой?  **Цель:** учить правильно вы-полнять строе-вые упражне-ния: повороты, ходьба змей-кой, по кругу, по спирали. | Система занятий, строевые упражне-ния. | **Научатся** харак-теризовать роль и значение уроков физ. культурой для укрепления здоровья; выпол- нять упражнения по образцу учи-теля и лучших учеников. | ***Регулятивные:*** *контроль и самоконтроль* **–** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* *средства* – использовать знаково-символи-  ческие средства, в том числе модели и схемы для решения задач; моделировать, то есть выделять и обобщенно фиксировать существенные признаки объектов с целью решения конкретных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – проявлять активность во взаимодействии; определять общую цель и пути её достижения; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои поступки | | |
| 7 | |  |  | 7.Метание  малого мя- ча на даль- ность с по- воротом на месте. Игра «Кто дальше бросит?». | Как правильно метать малый мяч на техни- ку?  **Цель:** научить правильному метанию малого мяча с поворота на месте. | Основная стойка, шаги на три счета, поворот с метанием, угол выле- та мяча. | **Научатся** правильно выполнять исходное положение для метания и метание с поворотом | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в познавательную.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни | | |
| 8 | |  |  | ***8.Конт-роль:*** метание малого мяча на дальность. Эстафета «За мячом противни-ка». | Метание пред-мета на даль-ность.  **Цель:** учить выполнять уп-ражнения с со-блюдением очерёдности и правил безо-пасности; вза-имодейство-вать в команде. |  | **Научатся** техни-чески правильно выполнять мета-ние предмета; соблюдать пра-вила взаимодей-ствия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – определять последовательность промежуточных целей  и соответствующих им действий с учетом конечного результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы;строить монологическое высказывание, слушать собеседника | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешной учебной деятельнос-ти | | |
| 9 | |  |  | 9.История возникно-вения первых спортив-ных соре-внований.  ***Контроль:*** прыжки в длину с места. | Когда появи-лись первые спортивные соревнования?  **Цель:** закреп-лять умения правильно выполнять прыжок с места. | Спортив-ные сорев-нования. | **Научатся**  выпол нять упражнения, добиваясь конеч-ного результата. | ***Регулятивные:*** *планирование* – составлять план и последовательность действий.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков с целью решения конкретных задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – проявлять активность во взаимодействии для решения познавательных задач | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти и само- оценка на основе критериев успешной учебной деятельнос-ти | | |
| 10 | |  |  | 10.Обучение бегу с изменени-- ем частоты шагов. Подвиж- ные игры «Запрещё- нное дви- жение» и «Два Мо- роза». | Как увеличи-вать и умень-шать скорость бега?  **Цели:** учить выполнять иг-ры различного характера; раз-вивать скоро-стно-силовые качества. | Частота шагов, скорость движения. | **Научатся** выпол-нять легкоатле-тические упраж-нения; выполнять  упражнения по образцу учителя и лучших учени- ков. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность  и ответст- венность за свои поступки | | |
| 11 | |  |  | 11.Объяс-нение понятия «физичес-кие ка-чества». Подвиж-ные игры на разви- тие внима- ния и мышления. | Какие основ-ные физичес-кие качества нужно разви-вать?  **Цели:** разви- вать внимание, ловкость при выполнении игровых упра-жнений. | Физичес-кие качест ва.  Внимание. Мышление | **Научатся** пони-мать значение ра-звития физ. ка-честв для укреп-ления здоровья; соблюдать пра-вила взаимодей-ствия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* *средства* – использовать знаково-символические средства для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы и принимать решения | ***Смыслоо-разование:*** самооценка на основе критериев успешной учебной деятельнос-ти | | |
| 12 | |  |  | 12.Разви-тие двига- тельных качеств в беге на различ-ные дис-танции. | Как подбира-ется ритм и темп бега на различных ди-станциях?  **Цель:** учить самостоятель-но подбирать собственный, наиболее эф-фективный ритм и темп бега. | Двигатель-ные качес-тва. Ритм, темп бега. | **Научатся** правильно рас-пределять силы при длительном беге; оценивать величину нагру-зки по частоте пульса. | ***Регулятивные:*** *контроль и самоконтроль* – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания; использовать речь для регуляции своего действия | ***Самоопре-деление:*** установка на здоровый образ жизни, мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 13 | |  |  | 13.Разви-тие скоро- стных качеств в беге на различ-ные диста-нции.  ***Контроль:***  Бег на 30м с высокого старта. | Как правильно стартовать и финишировать?  **Цель:** учить правильной технике бега; выполнять разминочный бег в различ- ном темпе. | Скорост-ные качес-тва. Ритм, темп бега.  Высокий старт. | **Научатся** соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информации из различных источников.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером | ***Нравственно-этичес- кая******ориен- тация:***навыки сотрудничества в разных ситуациях, находить выходы из разных ситуаций | | |
| **Гимнастика с элементами акробатики – 24ч** | | | | | | | | | | | |
| 14 | |  |  | 1.Правила безопасно- го поведе- ния во вре- мя упраж-нений со спортив-ным инвен тарём. Подвиж-ная игра «Охотник и зайцы». | Как вести се-бя на уроках с использовани-ем спортивно- го инвентаря?  **Цели:** учить выполнять об-щеразвиваю-щие упражне-ния в движе-нии и на месте; совместным командным действиям во время игры. | Спортив-ный инве-нтарь. Правила безопас-ности. | **Научатся** соб-людать правила безопасного по-ведения; правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – определять последовательность промежуточных целей  и соответствующих им действий с учетом конечного результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – рефлексия способов и условий действий, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество –* ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения | ***Смыслооб-разование:*** ставить новые учебные задачи в сотрудниче-стве с учителем, активизация сил и энергии к волевому усилению в ситуации мотиваци-онного конфликта | | |
| 15 | |  |  | 2.Обуче-ние пере- строению в две ше- ренги, в две колон- ны.  ***Контроль:***  поднима-ние туло-вища за 30с. Под-вижная игра «Волна». | Как выполнять перестроение в две шеренги, две колонны?  **Цель:** учить выполнять упражнения по команде учи- теля; учить поднимать туловище из положения лёжа на скорость. | Две шере- нги, две колонны.  Приёмы перестро-ения. | **Научатся**  выполнять уп-ражнение, доби-ваясь конечного результата; выполнять орга-низующие строе-вые команды и приёмы. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* *средства* – выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков объектов с целью решения конкретных задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – слушать собеседника, формулировать собственное мнение и позицию | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 16 | |  |  | 3.Совер-шенство-вание вы- полнения упражне-ния «вис на гимнас- тической стенке на время». Игра «Отгадай, чей голос» | Как правильно выполнять вис на гимнасти- ческой стенке?  **Цель:** разви-вать координа-ционные спо-собности, силу и ловкость при выполнении виса на время. | Положе-ние туло-вища во время вы-полнения виса. | **Научатся** выпол нять упражнение по образцу учи- теля; организо-вывать и прово-дить подвижные игры в помеще-нии. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности конкретного результата при решении учебно-практических задач.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Нравствен-но- этичес- кая ориен -тация:*** навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов  и находить выходы из спорных ситуаций | | |
| 17 | |  |  | 4.Совер-шенство-вание тех-ники вы-полнения перекатов. Игра «Передача мяча в тоннеле». | Корректиров-ка техники вы-полнения пере-катов.  **Цель:** разви-вать координа-ционные спо-собности, силу и ловкость при выполнении упражнений гимнастики и акробатики. | Техника выполне-ния пере-катов. Правила техники безопас-ности. | **Научатся** соблю-дать правила по-ведения и преду-преждения трав-матизма во время выполнения упражнений; со-блюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *логические* – строить рассуждения; анализировать, обобщать.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция ученика на основе положи-тельного отношения к школе | | |
| 18 | |  |  | 5.Совер-шенство-вание техники кувырка вперёд. Круговая трениров-ка. | Как правильно выполнять задания круговой тренировки?  **Цель:** учить правильно вы- полнять зада- ния круговой тренировки для закрепле- ния учебного материала. | Техника кувырка вперёд. Круговая трениров-ка. | **Научатся** коор-динировать пере-мещение рук при выполнении кувырка вперёд; соблюдать прави-ла предупрежде-ния травматизма во время занятий физ.упражнения-ми; регулировать физ.нагрузку. | ***Регулятивные:*** *планирование* – составлять план и последовательность действий, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – осуществлять контроль за работой членов команды и координировать свои действия | ***Самоопре-деление:***начальные навыки адаптации в динамично изменяю-щемся мире, мотивация учебной деятельнос-ти, установ- ка на здоро- вый образ жизни | | |
| 19 | |  |  | 6.Совер-шенство-вание тех-ники упра- жнения «стойка на лопатках».  Игра «По- садка кар- тофеля». | Какие правила безопасного поведения надо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики?  **Цель:** научить выполнять упражнения со страховкой. | Страховка.  Техника выполне-ния стойки на лопат- ках | **Научатся** соблю-дать правила по-ведения и преду-преждения трав-матизма во время выполнения упражнений; со-блюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять правила в планировании способа решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения учебно-практических и познавательных задач.  ***Коммуникативные****: взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успеха в учебной деятельнос-ти | | |
| 20 | |  |  | 7.Техника выполне-ния упраж-нения «мост». Совершен-ствование выполне-ния упраж-нений ак-робатики в различных сочетаниях | Корректировка техники выпо- лнения упраж-нения «мост».  **Цель:** разви-вать координа-ционные спо-собности, силу, ловкость в упражнениях поточной тре-нировки. | Техника выполне-ния упраж-нения «мост». | **Научатся** выпол- нять упражнение «мост»; соблюдать прави-ла предупрежде-ния травматизма во время занятий физ.упражнения-ми; регулировать физ.нагрузку. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые изменения в способ действия.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – строить монологическое высказывание | ***Нравствен-но-этичес- кая ориен- тация:*** навыки сотрудниче-ства в раз- ных ситуа- циях, уме- ние не соз- давать кон- фликтных ситуаций и находить выходы  из спорных ситуаций | | |
| 21 | |  |  | 8.Обуче-ние ходьбе по гимнас-тической скамейке различны-ми спосо-бами.  ***Контроль:***  наклон вперёд из положения стоя. | Каковы правила выполнения наклонов различными способами?  **Цель:** разви-вать коорди-цию движений, равновесие в ходьбе по ска-мейке; разви-вать гибкость в наклоне из по-ложения стоя. | Гимнасти-ческая скамейка.  Техника наклона из положения стоя. | **Научатся** правильно   выполнять упражнения для развития ловкости и координации. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 22 | |  |  | 9.Лазанье по наклон- ной лест- нице, гим- настичес-кой ска- мейке. Игра «Запре-щённое движение» | Какие сущест-вуют упражне-ния для разви-тия координа-ции?  **Цель:** совер-шенствовать умения пере-мещаться по горизонталь-ной и наклон-ной скамейке. | Координа-ция движе-ний, физии-ческие ка-чества. | **Научатся** пере-мещаться по го-ризонтальной и наклонной по-верхности разли-чными способами  соблюдать прави-ла предупрежде-ния травматизма во время занятий физ.упражнения-ми. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в материализованной, громкоречевой и умственной формах.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по- ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия, установка на здоровый образ жизни | | |
| 23 | |  |  | 10.***Конт-роль:***  подтяги-вания на низкой пе-рекладине из виса лёжа. Игра «Конники-спортсме-ны». | Какие качест-ва развиваются при подтягива-нии на перек-ладине?  **Цель:** учить выполнять прямой хват при подтяги-вании; совер-шенствовать акробатичес-кие упражне- ния – перека- ты, «стойку на лопатках». | Техника подтягивания на пе- рекладине. Прямой хват при подтягива-нии. | **Научатся** выпол-нять серию акро- батических упражнений; соблюдать прави-ла предупрежде-ния травматизма во время занятий физ.упражнения-ми. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения задач.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с учителем | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция ученика на основе положи-тельного отношения к школе | | |
| 24 | |  |  | 11.Техника выполне-ния упраж-нений «цапля», «ласточка»  Игра «Прокати быстрее мяч». | Как выполнять упражнения в равновесии?  **Цель:** учить выполнять иг-ровые упраж-нения из под-вижных игр разной функ-циональной напрвленности | Игровые упражне-ния, упра-жнения в равнове-сии. | **Научатся** выполнять уп-ражнения в равновесии на ограниченной опоре; организо- вывать и прово- дить подвижные игры. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы; обращаться за помощью; выражать свои затруднения; предлагать свою помощь | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| **2 четверть – 24ч** | | | | | | | | | | | |
| 25 | |  |  | 12.Обуче-ние висам углом на переклади-не и гим-настичес- кой стенке. Игра «Что измени-лось?» | Висы углом на перекладине и гимнастичес-кой стенке.  **Цель:** учить правильному положению корпуса тела при выполне- нии виса углом. | Техника виса углом на перек- ладине и гимнасти-ческой стенке; положение туловища. | **Научатся** правильно вы-полнять упраж- нения для укреп- ления мышц брю- шного пресса. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – ис-пользовать речь для регуляции своего действия | ***Нравствен-но-этичес- кая ориен- тация:***уважитель-ное отношение к другому мнению | | |
| 26 | |  |  | 13.Упраж- нения «мост», «полушпа-гат». Эста-фета «Верё вочка под ногами». | Правила сос- тавления ком- плекса упраж- нений для физ- культминутки.  **Цель:** учить принципам построения физкультминутки; развивать координацию движений. | Физкульт-минутка.  Комплекс упражне-ний. | **Научатся** самос-тоятельно соста-влять комплекс упражнений для физминуток; вы-полнять упраж-нение, добиваясь конечного результата. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в гипермедийной, громкоречевой и умственной формах; адекватно использовать речь для регуляции своей деятельности.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок).  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – строить монологические высказывания | ***Самоопре-деление:***социальная компетент-ность как  готовность к решению моральных диалемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам | | |
| 27 | |  |  | 14.Совер-шенство- вание уп- ражнений «мост», «полушпа-гат». Эста-фета «Ве-рёвочка под нога- ми». | Как развивать гибкость тела?  **Цель:** учить выполнять уп-ражнения на растяжку мышц в раз- ных положе- ниях. | Гибкость тела. Растяжка мышц. | **Научатся** самос-тоятельно под-бирать упражне- ния для развития гибкости; соблю-дать правила вза-имодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью, объяснять свои затруднения | ***Нравствен-но-этичес- кая ориен- тация:*** уважитель-ное отношение к другому мнению | | |
| 28 | |  |  | 15.Обуче-ние упраж- нениям с гимнасти-ческими палками. Эстафеты с гимнас-тическими палками. | Правила проведения разминки с гимнастическими палками. Какие сущест- вуют строевые команды?  **Цель:** учить выполнять упражнения по команде учите- ля и добивать- ся чёткого и правильного выполнения. | Гимнасти-ческие палки. Строевые упражне-ния. | **Научатся** правильно оце-нивать дистан-цию и интервал в строю, ориенти-роваться в про-странстве; соблю-дать правила вза-имодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 29 | |  |  | 16.Прави-ла безопас- ности в подвиж-ных играх.  Повторе-ние акро-батичес- ких упраж- нений. | Какие дейст-вия в игре чаще всего приводят к травмам?  **Цель:** учить выполнять правила игры, контролиро-вать свои Дей-ствия и наблю-дать за дейст-виями других игроков. | Безопас-ность в подвиж-ных играх и акроба-тических упражне-ниях. | **Научатся** выпол-нять серию акро-батических уп-ражнений; соб-людать правила безопасного поведения в подвижной игре. | ***Регулятивные:*** *контроль* – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; *знаково-символические средства:*ис-пользовать модели и схемы для решения поставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Самоопре-деление:*** установка на здоровый образ жизни и реализа- ция её в реальном поведении и поступках; выражен-ная устой- чивая учеб- но-познава- тельная мотивация учения | | |
| 30 | |  |  | 17.Беседа «Значение закалива-ния для укрепле-ния здоровья. Способы закалива-ния». Обучение правилам страховки. | Какие сущест- вуют способы закаливания?  **Цели:** учить выполнению правил страховки и помощи при выполнении упражнений. | Закалива-ние, правила закалива-ния. | **Научатся** само-стоятельно под- бирать методы и приёмы закалива- ния; выполнять упражнения со страховкой партнёра. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения результата при решении задач.  ***Познавательные:*** *логические* – подведение под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; *инициативное сотрудничество* – аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 31 | |  |  | 18.Полоса препятст-вий. Игра «Ноги на весу». | Организации-онные правила безопасной полосы препятствий.  **Цель:** разви-вать равнове- сие и коорди-нацию в ходь- бе по скамейке с перешагива-нием предме-тов, по тонкой линии, пропол-зая и перелезая через препятс-твия. | Полоса препятст-вий, равновесие. | **Научатся** выпол-нять упражнения на гимнастичес- кой скамейке; соблюдать прави-ла безопасного поведения в уп-ражнениях поло- сы препятствий. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять правила в планировании способа решений.  ***Познавательные:*** *информационные* – обработка информации; определение основной  и второстепенной информации.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, выделять главное и получать ответы; аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия, установка на здоровый образ жизни | | |
| 32 | |  |  | 19.Совершенствова-ние прыж- ков со ска- калкой. Игра «Удочка». | Какие качества развивают прыжки со скакалкой?  **Цель:** учить выполнять прыжки со скакалкой различными способами. |  | **Научатся** соблю-дать правила по-ведения и пре-дупреждения травматизма во время выполне-ния прыжков со скакалкой. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  ***Познавательные:*** *логические* – подведение под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 33 | |  |  | 20.Эстафе-ты с обру- чем, скака- лкой.Обу-чение стро евым командам в различ- ных ситуа- циях. | Как правильно передать и принять эстафету?  **Цель:** учить выполнять бег и прыжки в эстафете для закрепления учебного материала. | Эстафета, правила передачи и принятия эстафеты. | **Научатся** тех-нически правиль- но выполнять упражнения с обручем и ска- калкой; соблю-дать правила по-ведения и пре-дупреждения травматизма во время выполне-ния упражнений. | ***Регулятивные:*** *оценка* – соотносить правильность выбора, планирования, выполнения  и результата действия с требованием конкретной задачи.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение информации из различных ис-точников.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – осуществлять взаимный контроль, оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь | **Самоопре-деление:** принятие образа хорошего ученика | | |
| 34 | |  |  | 21.Лазанье и переле- зание по гимнасти-ческой стенке. Разучива-ние комп- лекса уп- ражнений для фор- мирования правиль-ной осанки. | Как развивать выносливость и быстроту?  **Цель:** закре- пить навыки выполнения упражненийна гимнастичес-кой стенке; контролиро-вать осанку. | Правиль-ная осанка. | **Научатся** расп-ределять свои силы во время лазанья и пере- лезания по гим-настической стенке; выпол-нять упражнения по профилактике нарушения осанки. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – использовать речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков объектов с целью решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – адекватно использовать речь для использования своей деятельности | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни | | |
| 35 | |  |  | 22.Совер-шенство-вание уп- ражнений гимнасти-ки. Полоса препятст-вий. | Как развивать выносливость при преодоле- нии полосы препятствий?  **Цель** учить соблюдать правила безо-пасного пове- дения в упра- жнениях поло- сы препятст- вий. | Техника выполне-ния гим- настичес-ких упраж- нений, преодоле-ние поло- сы препят- ствий. | **Научатся** само-стоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики. | ***Регулятивные:*** *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы, строить монологическое высказывание | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция ученика на основе положи-тельного отношения к школе | | |
| 36 | |  |  | 23. Совер- шенство-вание навыков перемеще-ния по гим настичес-кой стенке. Игра «Ноги на весу». | Как безопасно перемещаться по гимнасти- ческой стенке?  **Цель:** разви- вать силу, лов-кость, коорди-нацию в лаза-нье и перелеза-нии по гимна-стической стенке. | Техника перемеще-ния по гимнасти-ческой стенке. | **Научатся** соблю-дать правила по-ведения и преду-преждения трав-матизма во время занятий физкуль-турой. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в познавательную.  ***Познавательные:*** *логические* – подводить под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков.  ***Коммуникативные:*** *планирование* – задавать вопросы; строить для партнера понятные высказывания; у*правление коммуникацией:* определять общую цель и пути её достижения; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** готовность и способ- ность к само развитию; принятие образа «хорошего ученика»;  ***Смыслооб-разование:***  учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи | | |
| 37 | |  |  | 24.Техника лазанья по канату.Уп- ражнения с гимнас- тическими палками. Игра «Ве-  *рёвочка под нога-*  *ми».* | Какие правила безопасности нужно соблю- дать при вы- полнении лазанья по канату?  **Цель:** научить правильному лазанью по ка- нату; закреп-лять навык выполнения разминки с гимнастичес-кими палками. | Канат, правила безопасно-сти при лазании по канату. | **Научатся** выпол- нять лазанье по канату в три приёма; соблю-дать правила по-ведения и преду-преждения трав-матизма во время занятий физкуль-турой. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач; выбирать наиболее эффективные способы решения задач; *информационные* – сбор информации (извлечение необходимой информации из различных источников; дополнение таблиц новыми данными).  ***Коммуникативные:*** слушать и понимать собеседника; задавать вопросы; формулировать свою позицию | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** внутренняя позиция школьника на основе положи-тельного отношения к школе. | | |
| **Спортивные игры с мячом – 11ч** | | | | | | | | | | | |
| 38 | |  |  | 1.Правила безопас- ности в уп- ражнениях с мячами. Совершен-ствование броска и ловли мя- ча. Игра «Выщиба-лы». | Как развивать выносливость и быстроту?  **Цель:** учить быстрому движению при броске мяча; развивать двигательные качества, выносливость, быстроту при проведении подвижных игр. | Бросок и ловля мяча. | **Научатся** выпол-нять броски и ловлю мяча раз-ными способами; организовывать и проводить под- вижные игры. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать знаково-символические средства для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения; излагать свое мнение и позицию; *управление коммуникацией* – осуществлять взаимный контроль | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** готовность и способ- ность к само развитию; принятие образа «хорошего ученика» | | |
| 39 | |  |  | 2.Обуче-ние брос- кам и лов- ле мяча в паре. Игра «Мяч соседу». | Как правильно ловить мяч после броска партнёра?  **Цель:** учить взаимодейст-вовать с парт-нёром во вре-мя броска мяча. | Бросок и ловля мяча. | **Научатся** выпол-нять броски и ловлю мяча раз-ными способами; организовывать и проводить под- вижные игры. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решений задач.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения; разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех участников; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти; ***нрав-ственно-этическая ориента-ция:*** навыки сотрудниче-ства в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций | | |
| 40 | |  |  | 3.Обуче-ние раз-  личным способам бросков мяча од- ной рукой. Игра «Мяч среднему». | Какие бываю способы бросков мяча одной рукой?  **Цель:** учить бросать мяч одной рукой и попадать в цель. | Бросок мяча одной рукой. Приёмы ловли мяча. | **Научатся** тех-нически пра- вильно выпол- нять бросок мяча; соблюдать прави- ла взаимодейст- вия с игроками. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – прообразовывать практическую задачу в познавательную; формулировать и удерживать учебную задачу;ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем; адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения  поставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция школьника на основе положи-тельного отношения  к школе. | | |
| 41 | |  |  | 4.Обуче-ние упраж- нениям с мячом у стены. Игра «Охотники и утки». | Как правильно выполнить удар по мячу и поймать мяч, отскочивший от стены?  **Цель:** учить правильно ста- вить руки при ловле мяча. | Ловля мяча, отскочив-шего от стены. | **Научатся**  выполнять броски в стену и ловлю мяча на месте и в движении. | ***Регулятивные:*** *планирование* – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выбирать и формулировать познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** осуществлять взаимоконтроль и оценивать выполнение приема | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность  и ответст- венность за показанный результат | | |
| 42 | |  |  | 5.Обуче-ние техни- ке ведения мяча на месте, в движении по прямой, по дуге. Игра «Мяч из круга». | Как правильно выполнять ведение мяча?  **Цель:** учить выполнять ведение мяча на месте и в движении, контролиро-вать своё эмоциональное состояние во время игры. | Техника ведения мяча. | **Научатся** отби-вать мяч от пола на месте и в дви-жении; характе-ризовать роль и значение занятий физ.культурой для укрепления здоровья. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество –* проявлять активность во взаимодействии для решения познавательных задач | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной де- ятельности; ***нравствен-но-этичес- кая ориен- тация:*** эс-тетические потребностиценности и чувства | | |
| 43 | |  |  | 6.Совер-шенство-вание техники выполне-ния брос- ков мяча в кольцо способом «снизу».  Игра «Мяч соседу». | Техника выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу».  **Цель:** закреп-лять навык  выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу». | Бросок мяча в кольцо способом «снизу». | **Научатся** бро-сать мяч в цель с правильной постановкой рук; выполнять упражнение, добиваясь конечного результата. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задачи.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять способы взаимодействия, цели | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельная и личная ответствен-ность за свои дейст- вия в дости- жении нуж- ного резуль- тата | | |
| 44 | |  |  | 7. Совер-шенство-вание техники выполне-ния брос- ков мяча в кольцо способом «сверху».  Игра «Бросок мяча в колонне». | Какие бывают способы выполнения бросков мяча в кольцо?  **Цель:** закреп-лять навык  выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху». | Бросок мяча в кольцо способом «сверху». | **Научатся** бро-сать мяч в цель с правильной постановкой рук; выполнять упражнение, добиваясь конечного результата. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – использовать речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать процесс и результат деятельности; само-стоятельно создавать алгоритмы своей деятельности.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти; ***нрав-ственно-этическая ориента-ция:*** навыки сотрудниче-ства в разных ситуациях | | |
| 45 | |  |  | 8.Обуче-ние баске-тбольным упражне-ниям с мя- чом в па- рах. Игра «Гонки мячей в колоннах». | Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага?  **Цель:** учить технике выпол нения бросков мяча в кольцо после ведения, после приёма мяча от парт- нёра. | Бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага | **Научатся** выпол- нять броски мяча в кольцо разными способами; взаи- модействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать модели и схемы для решения задачи.  ***Коммуникативные:*** *планирование* – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти, оценка успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 46 | |  |  | 9.Обуче-ние веде- нию мяча с передви-жением пристав-ными шагами. Игра «Антивы-шибалы». | Каким боком удобнее пере- двигаться при ведении мяча правой рукой?  **Цель:** разви-вать ловкость и координа-цию при вы-полнении ве-дения мяча в движении. | Пристав-ные шаги. | **Научатся** отби-вать мяч от пола, передвигаясь приставным шагом; выпол-нять остановку прыжком. | ***Регулятивные:*** *контроль* – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.  ***Познавательные:*** осознанно строить сооб- щения в устной форме.  ***Коммуникативные:*** *контроль* – осущест- влять пошаговый и итоговый контроль по результату; *инициативное сотрудничество –* проявлять активность во взаимодействии для решения учебно-практических и познавательных задач | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни | | |
| 47 | |  |  | 10.Совер-шенство-вание бро- сков набив ного мяча из-за голо- вы. Игра «Вышиба-лы малень- кими мяча- ми». | Как выполнять бросок набив-ного мяча на дальность?  **Цель:** научить правильно вы- полнять дви- жения руками при броске на- бивного мяча. | Точность попадания, ориентир, цель | **Научатся** правильно  и точно попадать в цель набивным мячом с прав-вильной поста-новкой рук. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предви- деть возможности получения конкретного результата при решении задачи.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – выделять и фиксировать признаки объектов с целью решения конкретной учебно-познавательной задачи.  ***Коммуникативные:*** *планирование* – определять цели, функции деятельности участников, способы решения задачи | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти (учебно-познавательная) | | |
| 48 | |  |  | 11.***Конт-роль:***  бросок набивного мяча из-за головы. Игра «Вышиба-лы». | Как вести контроль за развитием двигательных качеств?  **Цель:** учить правильно вы- полнять бро- сок набивного мяча | Развитие двигатель-ных качеств. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять бросок набивного мяча; взаимодейство-вать со сверстни-ками по правилам в играх с мячом. | ***Регулятивные:*** *контроль* – использовать установленные правила в способе решения поставленной задачи.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения по-ставленной задачи.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы; обращаться за помощь; формулировать свои затруднения | ***Самоопре-деление:***принятие образа «хо- рошего уче- ника»; по- знаватель-ный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи | | |
| **3 четверть – 28ч**  **Лыжная подготовка – 15ч** | | | | | | | | | | | |
| 49 | |  |  | 1.Правила безопасно- го поведе- ния на уроках лыжной подготов-ки. Игра «По мес- там». | Какие коман- ды следует знать при пе- реносе и наде- вании лыж?  **Цель:** учить выполнять ко- манды с лы- жами в руках, в переносе и надевании лыж, выпол- нять движение на лыжах. | Выносли-вость, равномер-ный темп | **Научатся** техни-чески правильно выполнять дви- жение на лыжах; соблюдать пра- вила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – адекватно воспринимать замечания учителей по исправлению ошибок.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – осуществлять рефлексию способов действий – контроль и оценка процесса и результата деятельности.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию | **Самоопре-деление:** внутренняя позиция школьника на основе положи-тельного отношения к школе | | |
| 50 | |  |  | 2.Закрепле-ние навы- ков ходь- бы на лы- жах разны- ми спосо- бами. Игра «Перестрелка». | Как правильно надевать лы- жи, проверять крепления?  **Цель:** совер- шенствовать технику сту- пающего и скользящего шага на лыжах без палок. | Техника ступающе-го и сколь- зящего шага. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять ходь- бу и повороты на лыжах пристав- ными шагами. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** *планирование* – задавать вопросы для организации своей деятельности; слушать и понимать собеседника | **Самоопре-деление:** принятие образа «хорошего ученика» | | |
| 51 | |  |  | 3.Прохож-дение дис- танции на лыжах. Повороты на месте пересту-панием вокруг носков и пяток. | Как выполнять обгон на дис- танции?  **Цель:** учить падению на бок на месте и в движении под уклон. | Контроль движения при сколь- жении.  Удержание на одной лыже. | **Научатся** пере-двигаться на лы- жах по дистан- ции; удерживать- ся на одной лыже при скольжении как можно доль- ше; | ***Регулятивные:*** *контроль* – различать способ и результат действия.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения учебно-практических задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Нравственно-этичес- кая ориен- тация:*** уважитель-ное отноше- ние к друг-о му мнению, уметь сот-рудничать, находить выходы из спорных ситуаций | | |
| 52 | |  |  | 4.Совершенствова-ние уме- ний перед- вигаться скользя-щим ша- гом по ди-станции до 1000м. Игра «Охотники и олени». | Как правильно носить лыжи?  **Цель:** разви-вать выносли-вость, закре-пить умение распределять силы на дис-танции. | Правиль-ная поза  в основной стойке, постановка лыжи на ребро в подъеме. | **Научатся** пере-двигаться свобод-ным скользящим шагом; соблю-дать правила вза-имодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – использовать знания и речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой для решения учебно-познавательной информации.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия | | |
| 53 | |  |  | 5.Обуче-ние на лыжах подъёму разными способами, спуску в основной стойке и торможе-нию палками. | Как правильно работать лыж- ными палка- ми?  **Цель:** учить спускаться с горы, выпол- нять на лыжах повороты и шаги в сторону приставными шагами. | Правиль-ная поза  при спуске с горы. | **Научатся** выпол-нять на лыжах подъём всеми изученными способами. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – ставить вопросы и строить понятные для других высказывания | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти;  ***Самоопре-деление:*** ус-тойчивое следование в поведении социальным нормам | | |
| 54 | |  |  | 6.Совер-шенство-вание навыка спуска на лыжах и подъёма на небольшое возвыше-ние. Игра «Кто доль- ше прока- тится на лыжах?» | Как правильно выполнять удары по мячу  в движении?  Как правильно спускаться на лыжах в основной стойке?  **Цель:** учить правильному спуску и подъёму на лыжах. | Правиль-ная поза  в основной стойке при спуске с горы. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять спуск и подъём на лы- жах; организовы- вать и проводить подвижные игры на улице. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решений.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленной задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции и способы взаимодействия | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия, установка на здоровый образ жизни | | |
| 55 | |  |  | 7.Освое-ние техни- ки лыж- ных ходов. Обучение попереме-нному двухшаж-ному ходу на лыжах без палок и с палка- ми. | Как правильно выполнить попеременный ход?  **Цель:** научить поддерживать равномерный темп при прохождении длинной дистанции, ис-пользуя скользящий шаг | Выносли-вость.  Равномер-ный темп движения. Скользя-щий шаг. | **Научатся** под- держивать темп при продвижении на длинной дис- танции, приме- нять беговые упражнения для развития коорди- национных, ско- ростных способ- ностей | ***Регулятивные:*** *контроль* – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – проявлять активное сотрудничество во взаимодействии коммуникативных задач | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 56 | |  |  | 8.Обуче-ние пово- ротам при- ставными шагами. Совершен-ствование спуска и подъёма на лыжах, торможе-ния паде- нием. | Как избежать столкновений при спуске с горы?  **Цель:** совер-шенствовать технику спуска и подъёма на лыжах. | Поворот пристав-ными шагами. | **Научатся** выпол- нять правильную постановку лыж- ных палок при спуске и подъёме; выполнять пово- роты на лыжах изученными способами. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, для организации своей деятельности | ***Самоопре-деление:*** внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе | | |
| 57 | |  |  | 9.Закрепление пово- ротов на месте. Обучение падению на бок на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь». | В каких случаях применяется торможение падением на лыжах?  **Цель:** совер-шенствовать технику пово-ротов на месте переступанием вокруг носков и пяток; учить  падению на бок на месте и в движении под уклон. | Падение на бок на месте и в движении. | **Научатся** выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в материализованной форме, используя речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 58 | |  |  | 10.Совер-шенство-вание уме- ния пере- движения скользя-щим ша- гом по ди-станции до 1000м. Игра «Охотники и олени». | Как распреде- лять силы при передвижении на лыжах на больших дис- танциях?  **Цель:** разви-вать выносли-вость в пере-движениях на на лыжах на большое расстояние? | Распреде- ление сил при пере- движении на лыжах на боль- ших дис- танциях. | **Научатся** правильно рас-  пределять силы при передвиже- нии на лыжах на больших дис- танциях. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:***  устойчивое следование в поведении социальным нормам | | |
| 59 | |  |  | 11.Совер-шенство-вание подъёма на лыжах. Движение на лыжах по дистан- ции до 1500м. | О чем нужно помнить на подъемах и спусках при прохождении дистанции на лыжах?  **Цель:** помочь освоить навыки спусков и подъемов на лыжах | Отработка элементов лыжных ходов | **Научатся** удерживать задачу при повторении учебного материала, составлять комбинации из числа разученных упражнений и выполнять их | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение информации из различных источников.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Нравственно-этичес- кая ориен- тация:***уважитель-ное отношение к другому мнению | | |
| 60 | |  |  | 12.Совер-шенство-вание по- воротов на месте. За-крепление падения на бок на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь». | В каких случаях применяется торможение падением на лыжах?  **Цель:** совер-шенствовать технику пово-ротов на месте переступанием вокруг носков и пяток; учить  падению на бок на месте и в движении под уклон. | Падение на бок на месте и в движении. | **Научатся** выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в материализованной форме, используя речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 61 | |  |  | 13.Подвижные игры на лыжах и без лыж. Игра «Догони лыжника». | Какие элемен- ты игры надо запомнить?  **Цель:** закре-пить навыки лыжной под-готовки. | Правила игры «Догони лыжника». | **Научатся** техни-чески правильно выполнять ходь- бу на лыжах; соб-людать правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *контроль* – адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению ошибок.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 62 | |  |  | 14.Подвижные игры на лыжах и без лыж. Игра «Не задень палку». | Какие элемен- ты игры надо запомнить?  **Цель:** закре-пить навыки лыжной под-готовки. | Правила игры «Не задень палку». | **Научатся** техни-чески правильно выполнять ходь- бу на лыжах; соб-людать правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *контроль* – адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению ошибок.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 63 | |  |  | 15.Подвижные игры на лыжах и без лыж. Игра «На буксире». | Какие элемен- ты игры надо запомнить?  **Цель:** закре-пить навыки лыжной под-готовки. | Правила игры «На буксире». | **Научатся** техни-чески правильно выполнять ходь- бу на лыжах; соб-людать правила взаимодействия с игроками. | ***Регулятивные:*** *контроль* – адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению ошибок.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| **Спортивные игры с мячом– 11ч** | | | | | | | | | | | |
| 64 | |  |  | 1.ТБ на уроках в спортив-ном зале с мячами.  Обучение передаче мяча в парах. Игра «Мяч из круга». | Правила безо- пасности на уроках в спор- тивном зале с мячами.  **Цель:** учить выполнению бросков и лов- ле волейболь- ного мяча дву- мя руками над головой. | Правила безопасно- сти на уро- ках в спор- тивном зале с мя- чами. | **Научатся** выпол- нять правила безопасности на уроках в спор- тивном зале с мя- чами. | ***Регуляционные:*** *контроль* – вносить необходимые дополнения и изменения в способ решения.  ***Познавательные:*** *логические* – подведение под понятие на основе выделения существенных признаков.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти, самооценка на основе критериев успешности  в своей деятельнос-ти | | |
| 65 | |  |  | 2.Обуче-ние брос- кам и лов- ле мяча через сет- ку. Игра «Перекинь мяч». | Какие бывают игры с мячом на площадке с сеткой?  **Цель:** учить выполнять броски мяча через сетку и ловлю высоко летящего мяча. | Броски и ловля мяча через сетку. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять броски мяча через сетку. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решений.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы для организации собственной деятельности | ***Самоопре-деление:*** внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе | | |
| 66 | |  |  | 3.Ловля высоко летящего мяча. Игра в пионер- бол. | В чем заключаются правила и как производится расстановка участников?  **Цель:** ознакомить с правилами и расстановкой игроков; практиковать в игровых действиях | Правила игры, расстанов-ка игро- ков, раз- мер пло- щадки | **Научатся** опреде лять правила игры и расста- новку игроков на площадке. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в материализованной и громкоречевой форме.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – договариваться о совместной деятельности и распределении функций участников игры | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия по ходу игры | | |
| 67 | |  |  | 4.Совер-шенство-вание подачи, передачи бросков и ловли мяча через сет- ку. Игра в пионербол. | Правила пода- чи и передачи мяча через сетку.  **Цель:** учить играть в пио- нербол в соот- ветствии с правилами. | Правила игры, расстанов-ка игро- ков, раз- мер пло- щадки | **Научатся** опреде лять правила игры и расста- новку игроков на площадке. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – использовать речь для регуляции своих действий.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения | ***Нравственно-этичес кая ориен- тация:*** уважитель-ное отношение к другому мнению и позиции | | |
| 68 | |  |  | 5.Обуче-ние веде- нию мяча внутрен- ней и внешней частью подъёма ноги по прямой линии. | Какие правила безопасности во время игры в футбол?  **Цель:** учить ведению мяча ногами; навы- кам безопасно- го обучения элементам футбола. | Формиро-вание  знаний  о пользе занятий физкуль-турой и спортом | **Научатся** техни-чески правильно выполнять веде- ние мяча ногами; соблюдать прави- ла поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть уровень знаний, его временных характеристик.  ***Познавательные:*** *логические* – подведение под понятие на основе распознания объектов выделения существенных признаков; подведение под правило; анализ, синтез, сравнение, сериация; классификация по заданным критериям, установление аналогий; установление причинно-следственных связей; построение рассуждения, обобщение.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 69 | |  |  | 6. Обуче-ние веде- нию мяча внутрен- ней и вне- шней час- тью подъ- ёма ноги по дуге с остановками по сиг- налу. Игра «Гонка мячей». | Какие правила безопасности во время игры в футбол?  **Цель:** учить ведению мяча ногами; навы- кам безопасно- го обучения элементам футбола. | Формиро-вание  знаний  о пользе занятий физкуль-турой и спортом | **Научатся** техни-чески правильно выполнять веде- ние мяча ногами; соблюдать прави- ла поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в громкоречевой и умственной формах; использовать речь для регуляции своего действия.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информациииз различных источников в разных формах.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – строить монологическое высказывание; формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои поступки.  ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 70 | |  |  | 7. Обуче-ние веде- нию мяча внутрен- ней и вне- шней час- тью подъ- ёма ноги между стойками с обводкой стоек. Игра «Слалом с мячом». | Какие наруше- ния бывают при игре в фут бол, приводя- щие к трав- мам?  **Цель:** учить играть в фут- бол в соответ -ствии с прави- лами безопас- ности. | Формиро-вание  знаний  о пользе занятий физкуль-турой и спортом | **Научатся** орга-низовывать и проводить игру с элементами фут-бола; соблюдать правила взаимо-действия с игроками. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.  ***Познавательные:*** *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия | **Нравственно-этичес- кая ориен- тация:** уважитель-ное отношение к другому мнению и оказание помощи другим нуждающимся в этом | | |
| 71 | |  |  | 8.Обуче-ние уме- нию оста- навливать катящийся мяч внут- ренней ча- стью сто- пы. Игра «Футболь-ный биль- ярд». | Как правильно катить и оста- навливать мяч?  **Цель:** учить технически правильно катить и оста- навливатьмяч. | Прокат  и останов- ка мяча. | **Научатся** правильно катить  и останавливать мяч; играть в футбол в штраф- ной площадке. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения по-ставленных задач. ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти (социальная, учебно-познавательная) | | |
| 72 | |  |  | 9.Обуче-ние пере- даче и при ёму мяча ногами в паре на месте и в продвиже-нии. Игра «Бросок ногой». | Что такое пенальти и за что его назна- чают?  **Цель:** учить технике пере- дачи и приёма мяча в паре. |  | **Научатся** орга-низовывать и проводить игру с элементами фут-бола; соблюдать правила взаимо-действия с игроками. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; *взаимодействие –* формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** гуманисти-ческое сознание; социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм | | |
| 73 | |  |  | 10.Броски малого мя- ча в гори- зонталь-ную цель. Игра в мини-футбол. | Как рассчитать силу броска мяча?  **Цель:** учить броскам мало- го мяча в гори- зонтальную цель. | Сила броска мяча. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять бро-сок малого мяча в горизонтальную цель. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуника-*  *цией* – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 74 | |  |  | 11.***Конт-роль:***  бросок малого мяча в горизон-тальную цель. | Как контроли- ровать разви- тиедвигатель-ных качеств?  **Цель:** учить выполнять броски мяча. | Сила броска мяча. | **Научатся** метать мяч в цель с пра- вильной поста- новкой руки. | ***Регулятивные:*** *контроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения учебной задачи.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве совместной деятельности | ***Нравственно-этичес- кая ориен- тация:*** уважитель-ное отношение к другому мнению; ***самоопре-деление:*** устойчивое следование в поведении социальным нормам | | |
| **Гимнастика с элементами акробатики – 14ч** | | | | | | | | | | | |
| 75 | |  |  | 1.Обуче-ние кувыр- кам вперёд и назад. Игра «По- садка кар- тофеля». | Как совершен- ствовать выпо- лнение кувыр- ка назад?  **Цель:** научить выполнять уп-ражнения в перекатах. | Кувырки вперёд и назад. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять различные виды кувырков. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать знаково-символические средства для решения учебных задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания; формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника. | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельнос-ти; ***самоопределение:*** установка на здоровый  образ жизни и реализа- ция её в реальном поведении и поступках | | |
| 76 | |  |  | 2.Выпол-нение се- рии акро- батичес-ких упраж- нений. Игра «Но- ги на ве- су». | Что общего при выполне- нии различно- го вида стоек?  **Цель:** закре- пить навык са- мостоятельно выполнять упражнения акробатики поточным методом. | Стойка на лопатках, на голове, на руках у опоры. | **Научатся** техни-чески правильно выполнять стойку на лопатках, на голове, на руках у опоры. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать знаково-символические средства для решения учебных задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания; формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника. | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельнос-ти; ***самоопределение:*** установка на здоровый  образ жизни и реализа- ция её в реальном поведении и поступках | | |
| **4 четверть – 24ч** | | | | | | | | | | | |
| 77 | |  |  | 3.Упраж-нения и эстафета с гимнасти-ческими палками. Игра с мячами «Передал - садись». | Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическими палками.  **Цель:** закре- пить навык выполнения общеразвива-ющих упраж- нений с гимна- стическими палками. | Безопас-ность вы- полнения упражне-ний с гим- настичес-кими палками. | **Научатся** выпол-нять общеразви-вающие упраж-нения в группе различными спо-собами; самосто-ятельно вести подсчёт общераз-вивающих упраж-нений. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать знаково-символические средства для решения учебных задач.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания; формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника. | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельнос-ти; ***самоопределение:*** установка на здоровый  образ жизни и реализа- ция её в реальном поведении и поступках | | |
| 78 | |  |  | 4.Совершенствова-ние навы- ков выпол- нения ак- робатичес-ких упраж- нений. Игра с мячами «Передал - садись». | Как применять мячи для выполнения упражнений?  **Цель:** научить броскам мячей в означенные предметы  с изменением задач | Броски  в предме- ты с изме- нением направле-ний и задач | **Научатся** прокату и попаданию мячами в цели, демонстрировать вариативное выполнение метательных упражнений, составлять комбинации из числа разученных упражнений | ***Регулятивные:*** *контроль* – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; л*огические:* подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков; подведение под правило; установление причинно-следственных связей; построение рассуждения, обобщение.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная от- ветствен-ность за свои поступ ки, установ- ка на здоро- вый образ жизни. | | |
| 79 | |  |  | 5.Совершенствова-ние упраж- нений акро батики поточным методом. Круговая трениров-ка. Игра «Ноги на весу». | Как правильно выполнить ак-робатические упражнения с соблюдением техники безо-пасности?  **Цель:** научить правильному выполнению акробатичес-ких упражне- ний. | Установ-ленные правила  в акроба-тических упражне-ниях. | **Научатся** четко и правильно вы- полнять акроба-тические упраж- нения; взаимо- действовать со сверстниками  в игровом про- цессе. | ***Регулятивные:*** *учебные действия* – выполнять учебные действия в громкоречевой  и умственных формах.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие решения задач; информационные поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблицы, схема, диаграммы); сбор информации (извлечение необходимой информации из различных источников); обработка и анализ информации; передача информации устным способом.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействия* – задавать вопросы, строить понятные для учителя высказывания | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе. | | |
| 80 | |  |  | 6.Обуче-ние упо- рам на ру- ках. Игра «Пустое место». | Как правильно выполнять стойку на голове и руках?  **Цель:** разви-  Вать коорди-нацию в упо- рах на руках. |  | **Научатся** выпол- нять правильно упражнения для развития ловкости и координации. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу; *саморегу-ляция:* концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями; ориентироваться в разнообразии способов решения задач; осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; ставить, формулировать и решать проблемы; самостоятельно создавать алгоритм деятельности при решении проблем различного характера.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти; ***самоопре-деление:*** гуманисти-ческое сознание; социальная компетент-ность как готовность к решению моральных дилемм; устойчивое следование в поведении социальным нормам | | |
| 81 | |  |  | 7.Совер-шенство-вание прыжка в длину с места. | Как правильно выполнять прыжок в длину с места?  **Цель:** научить  правильно выполнять прыжок в длину с места. |  | **Научатся** выполнять легко-атлетические упражнения; тех-нически правиль-но отталкиваться и приземляться. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *логические:* подведение под  понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков; подведение под правило; анализ, синтез, сравнение, сериация; классификация по заданным критериям, установление аналогий; установление причинно-следственных связей.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – осуществлять взаимный контроль; оценивать свое поведение; оказывать помощь | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной работы; ***самоопре-деление:*** начальные навыки адаптации в динамично изменяюще-мся мире | | |
| 82 | |  |  | 8.Обуче-ние упраж- нениям акробати-ки в заданной последова-тельности. | Способы развития силовых качеств.  **Цель:** учить выполнять си- ловые упраж- нения с задан- ной дозиров- кой нагрузки. | Развитие силовых качеств. | **Научатся** выпол-нять упражнения для развития силовых качеств; соблюдать пра- вила безопасного поведения в упражнениях акробатики. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и прообразовывать модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – осуществлять взаимный контроль; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; *плани-рование учебного сотрудничества:* задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; определять цели, функции участников, способы взаимодействия; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельно-сти; ***самоопре-деление:*** гуманисти-ческое сознание; социальная компетент-ность как готовность к решению  моральных дилемм | | |
| 83 | |  |  | 9.***Конт-роль:***  Подтягивание на низкой пе- рекладине из виса лёжа. Игра «Коньки-горбунки». | Правила выпо-лнения подтя- гивания из виса лёжа.  **Цель:** учить правильно вы- полнять подтя-гивание туло-вища из поло-жения лёжа, сгибание и раз-гибание рук лёжа. | Подтяги- ванияе из виса лёжа. | **Научатся** выпол- нять упражнение по образцу учи- теля; соблюдать правила взаимо- действия с игро- ками. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – узнавать, определять и называть объекты и явления в соответствии с содержанием учебного предмета.  ***Коммуникативные:*** *планирование* – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером | ***Самоопре-деление:*** начальные навыки адаптации в изменяю-щейся игровой ситуации | | |
| 84 | |  |  | 10.Акро-батические упражне-ния для развития равновесия | Способы развития равновесия.  **Цель:** учить упражнениям акробатики, направленным на развитие равновесия. | Упражне-ния для равновесия | **Научатся** правильно выполнять акробатические упражнения разными способами. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – использовать ус-тановленные правила в игре; *контроль и самоконтроль –* сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:*** уважитель-ное отношение к мнению и решению товарищей | | |
| 85 | |  |  | 11.Упраж-нения с гантелями. Игра «За- морозки». | Как правильно выполнять упражнения с гантелями?  **Цель:** учить выполнять упражнения с гантелями различными способами; коррекция свода стопы. | Упражне-ния с гантелями. | **Научатся** выпол- нять упражнения  с гантелями различными способами. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленной задачи; осознаннои произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения | ***Самоопре-деление:***личная от-ветствен-ность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни | | |
| 86 | |  |  | 12.***Конт-роль:***  наклон вперёд из положения стоя. | Способы развития гибкости.  **Цель:** учить выполнять наклон вперёд из положения стоя. | Наклон вперёд из положения стоя. | **Научатся** выпол- нять наклон впе- рёд из положения стоя; | ***Регулятивные:*** *планирование* – определять последовательность промежуточных целей  и соответствующих им действий с учетом конечного результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе критериев успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 87 | |  |  | 13. ***Конт-роль:***  Подъём туловища из положе- ния лёжа на спине за 30с. Игра «Правиль-ный номер с мячом». | Как стать выносливым?  **Цель:** учить правильно подъём туло- вища из поло- жения лёжа на спине. | подъём туловища из поло- жения лёжа на спине. | **Научатся** выпол- нять упражнение по образцу учи- теля; соблюдать правила взаимо- действия с игро- ками. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в познавательную.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат действия.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти (социальная, учебно-познава-тельная и внешняя) | | |
| 88 | |  |  | 14.Совер-шенство-вание ак-робатичес-ких упраж-нений. Игра «Перетяж-ки». | Как правильно передать и принять эстафету?  **Цель:** учить применять полученные знания при выполнении элементов в новой ситуации. | Изменение ситуации, смена задачи при выполне-нии упражне-ний. | **Научатся** быстро реагировать на смену ситуации  и выполнять упражнения в изменяющейся обстановке. | ***Регулятивные:*** *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении учебных задачи.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информации для достижения цели; *общеучебные* – осо-знанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – осуществлять взаимный контроль и оценивать свои возможности | ***Смыслооб-разование:*** мотивация учебной деятельнос-ти (учебно-познавательная) | | |
| **Лёгкая атлетика – 12ч** | | | | | | | | | | | |
| 89 | |  |  | 1.Разви-тие вынос- ливости посредст-вом бега, прыжков, игр. Игра «День и ночь». | Как правильно выполнять прыжки через препятствия? **Цель:** научить выполнению прыжков из положения полуприседа. | Прыжки из положения полупри-седа, пре-  пятствия. | **Научатся** быстро и правильно выполнять упражнения для реализации поставленной задачи | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоя-  тельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия | ***Смыслооб-разование:*** самооценка на основе успешности учебной  деятельнос-ти | | |
| 90 | |  |  | 2.Обуче-ние поло- жению низкого старта. Бег с ускоре- нием. | Как развивать реакцию на быстроту и смекалку?  **Цель:** научить выполнять уп-ражнения  в быстром темпе, реализуя основную задачу. | Выполне-ние упраж- нения  в быстром темпе. | **Научатся** быстро и правильно выполнять упражнения для реализации поставленной задачи. | ***Регулятивные:*** *коррекция* – вносить дополнения и изменения в план и способ действия для достижения необходимого результата.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности | ***Самоопре-деление:*** внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе | | |
| 91 | |  |  | 3.Прыжки в длину с места и с разбега. Эстафета «Кто даль- ше прыг- нет?» | Что нужно помнить при выполнении упражнений в командных иг-рах?  **Цель:** учить быстро реагировать и правильно выполнять задания  в игровой обстановке | Команд-ные действия, быстрое реагирова-ние  в игре | **Научатся** четко выполнять упражнения  в сложной обстановке. | ***Регулятивные:*** *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решений; *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информации для достижения успеха в играх.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуникацией* – определять общую цель и пути ее достижения | ***Нравственно-этичес- кая ориен- тация:***уважитель-ное отношение к другому мнению и согла- сованные действия в игре | | |
| 92 | |  |  | 4.***Конт-роль:***  прыжок в длину с места.  Обучение прыжкам через низкие барьеры. | Каковы прави- ла выполнения прыжка в длину с места?  **Цель:** разви-вать прыгу-честь в прыж- ках в длину с места, разви-вать ловкость и координа-цию в беге с барьерами. | Прыжки через низкие барьеры. | **Научатся** правильно выполнять пры- жок в длину с места. Выпол-нять прыжки через низкие барьеры во время бега. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – использовать общие приемы решения задач; осознанно и произвольно строить сообщения в уст-ной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, необходимые для деятельности с учителем | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 93 | |  |  | 5.Бег на 30м с низ- кого стар- та. Разучи- вание уп- ражнений полосы препятст-вий. | Какова техни- ка низкого старта?  **Цель:** повто-рить бег на ко-роткую дис-танцию, раз-вивать скоро-стные качест-ва. | Упражне-ния поло- сы препят- ствий. | **Научатся**; соблюдать технику безопасности во время бега и выполнении упражнений полосы препятствий. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем; *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать  модели и схемы для решения задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы для организации своей деятельности | ***Самоопре-деление:*** самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия при достижении хорошего результата | | |
| 94 | |  |  | 6.***Конт-роль:***  бег на 30м.  Правила безопасно-го поведе- ния на  уроках физкуль-туры. | Как развивать быстроту в беге на короткие дистанции?  **Цель:** научить набору скорости в беге на короткие дистанции | Набор скорости в беге на короткие дистанции. | **Научатся** быстро набирать скорость со старта. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в познавательную.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – самостоятельно формулировать и выделять учебную/познавательную цель.  ***Коммуникативные:*** *взаимодействие* – задавать вопросы, строить понятные для учителя и одноклассников высказывания | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия при достижении хорошего результата, установка на здоровый образ жизни | | |
| 95 | |  |  | 7.Совершенствова-ние мета- ния тенни- сного мяча на даль- ность. Игра «Точно в мишень». | Как техничес- ски правильно выполнить метание?  **Цель:** учить правильной постановке рук и ног при ме-тании мяча в цель и на даль-ность. | Техника метания теннисно-го мяча на дальность. | **Научатся** технике метания теннисного мяча на дальность. | ***Регулятивные:*** *контроль и самоконтроль* – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном; *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.  ***Познавательные:*** *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач.  ***Коммуникативные:*** *управление коммуника-*  *цией* – осуществлять взаимный контроль, оценивать свое поведение, оказывать помощь товарищам | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти (учебно-познавательная) | | |
| 96 | |  |  | 8.***Конт-роль:***  метание мешочка на даль- ность.  Игра «За мячом противни-ка». | Каковы правила выполнения метания?  **Цель:** учить быстрому движению при броске мешочка. | Правила выполнения метания. | **Научатся** орга-низовывать места занятий подвиж- ными играми; выполнять пра-вила безопасного поведения во время игр и эстафет. | ***Регулятивные:*** *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; ***Познавательные:*** *знаково-символические* *средства*– использовать знаково-символические средства для решения учебно-практических и познавательных задач.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия | ***Самоопре-деление:***самостоя-тельность и личная ответствен-ность за свои действия. | | |
| 97 | |  |  | 9.Конт-роль пуль- са. Совер- шенство-вание строевых упражне-ний. | Как проводит- ся подсчёт пульса?  **Цель:** научить выполнять подсчёт пульса на запястье; повторить организующие строевые команды и приёмы. | Пульс, подсчёт пульса на запястье. | **Научатся** выпол-нять подсчёт пульса на запяс-тье; выполнять размыкание в ше-ренге на вытяну- тые руки и смы-кание. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решений; *саморегуляция* – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач.  ***Познавательные:*** *информационные* – поиск и выделение необходимой информации для выполнения поставленной задачи.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотруд-*  *ничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью и самому предлагать помощь | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти (учебно-познавательная) | | |
| 98 | |  |  | 10.***Конт-роль:***  Челноч-ный бег 3х10м. Игра в пионербол. | Как совершен- ствовать бро- сок и ловлю мяча?  **Цель:** закре- пить навык выполнения бросков и правильной ловли мяча. | Техника челночно-го бега. | **Научатся** пра- вильно выпол- нять бросок и ловлю мяча; выполнять пра-вила безопасного поведения во время игры в пионрбол. | ***Регулятивные:*** *целеполагание* – преобразовывать познавательную задачу в практическую.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения учебных задач.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – задавать вопросы, обращаться за помощью, объяснять свои затруднения | ***Смыслооб-разование:***самооценка на основе успешности учебной деятельнос-ти | | |
| 99 | |  |  | 11.Разви-тие вынос- ливости в кроссовой подготовке Совершен-ствование броска и ловли мя- ча. Игра в пионер- бол. | Как развивать скорость в беге?  **Цель:** научить поддерживать набранную скорость по дистанции | Поддержа-ние набран ной скоро-сти. | **Научатся** пра- вильно выпол- нять бросок и ловлю мяча; выполнять пра-вила безопасного поведения во время игры в пионрбол. | ***Регулятивные:*** *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения.  **Познавательные:** *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  ***Коммуникативные:*** *инициативное сотрудничество* – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных  и познавательных задач | ***Смыслооб-разование:***мотивация учебной деятельнос-ти | | |
| 100 | |  |  | 12.Упраж-нения кру- говой тре- нировки. Игра «Вызов номеров».  Подведе-ние итогов года. | Как развивать выносливость и быстроту?  **Цель:** учить быстрому дви- жению при выполнении заданий круговой тренировки. | Упраж-нения кру- говой тре- нировки. | **Научатся** рас-пределять свои силы при выпол-нении длительно-го бега; выпол-нять упражнения по профилактике нарушений осанки. | ***Регулятивные:*** *контроль* – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона.  ***Познавательные:*** *знаково-символические средства* – использовать модели и схемы для решения задачи.  ***Коммуникативные:*** *планирование учебного сотрудничества* – формулировать собственное мнение и позицию для получения хорошего результата | ***Самоопре-деление:***внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе | | |
| 101-102 | | **Резервные часы** | | | | | | | | | |

**VII. Учебно-методическое и материально – техническое обеспечение**

**образовательного процесса**

**Книгопечатная продукция:**

Программа В.И.Лях «Физическая культура. 1-4 классы»– /М.: «Просвещение», 2013.

**Учебники:**

Учебник для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы», /В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2013.

**Методические пособия:**

Поурочные разработки. Физическая культура. 2 класс. /В.И.Ковалько/–М.: «Вако», 2012.

**Технические средства обучения:**

1.Компьютер.

2.Мультимедийный проектор.

3.Интерактивная доска.

4.Принтер лазерный +сканер +копировальный аппарат.

5.Магнитофон.

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

1. Стенка гимнастическая.
2. Бревно гимнастическое напольное.
3. Козёл гимнастический.
4. Конь гимнастический.
5. Канат для лазания с механизмом крепления.
6. Гимнастические скамейки.
7. Маты гимнастические.
8. Мячи малые для метания.
9. Скакалки гимнастические.
10. Обручи гимнастические.
11. Флажки разметочные на опоре.
12. Лента финишная.
13. Рулетка измерительная.
14. Мячи баскетбольные для мини-игры.
15. Сетка волейбольная.
16. Ворота для мини-футбола.
17. Аптечка медицинская.