

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная школа № 6»
Петропавловск - Камчатского городского округа
(МБОУ «Основная школа № 6»)


РАССМОТРЕНО

Методическим объединением
учителей начальных классов
МБОУ «Основная школа № 6»
(протокол от 25.08.2022 № 1)


Руководитель МО

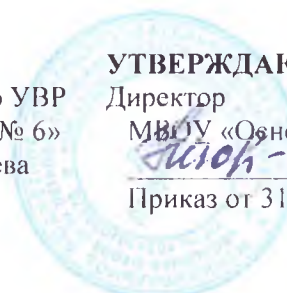
 Т. В. Кулик

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
МБОУ «Основная школа № 6»
 / Г.Н.Мамаева
30.08.2022

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «Основная школа № 6»
 / Н.Н.Надеждина
Приказ от 31.08. 2022 № 82



Рабочая программа

учебного предмета «Физическая культура»
для 2 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Юшина А. С.,

Учитель физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми инструктивно-методическими документами:

1. Федеральный закон от 29.12 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, п.п. 9, 10);

2. ФГОС НОО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 06.10.2009 № 373 (п. 19.5);

3. Авторская программа В. И. Лях «Физическая культура», 2011, для начального общего образования, утверждённая МО РФ в соответствии с требованиями стандарта начального образования;

4. Учебный план МБОУ «Основная школа №6» на 2022-2023 учебный год;

5. Положение о рабочей программе учебного курса в МБОУ «Основная школа №6»;

6. Приказ Министерства образования РФ «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» от 31 марта 2014 г. № 253.

Программа реализуется на основе УМК, созданного под руководством А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания Ф48 учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича/ Сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. Изд. 3-е, испр.- Волгоград: Учитель, 2016.- 169с.

Рабочая программа по физической культуре. 2 класс/ Сост. А.Ю, Патрикеев. – М.:ВАКО, 2015.- P13 -48с. – (Рабочие программы).

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

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

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования основных движений ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

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

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

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

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

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

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной.

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

В связи со спецификой преподавания уроков физкультуры в спортивном зале и отсутствием подготовленной спортивной площадки, с недооснащением общеобразовательного учреждения, согласно требованиям к оснащению образовательного процесса невозможна реализация стандарта общего образования и программы в полном объеме по разделам:

- гимнастика с основами акробатики (упражнения на перекладине);

- лыжная подготовка.

В связи с перечисленными причинами время, отведенное на данные упражнения, равномерно распределено на другие темы по гимнастике и спортивным играм.

Часы вариативной части программы распределены на подвижные игры на основе волейбола и баскетбола.

Всего: 102 часов.

Базовая часть -78 часов.

Вариативная часть -24 часов.

Примерный учебный план для образовательных учреждений РФ отводит 102 учебных часа для обязательного изучения курса физическая культура во 2 -А классе основной школы из расчета 3 учебных часа в неделю.

В соответствии с учебным планом школы, расписанием занятий и производственным календарём в 2022-2023 учебном году во 2-м классе будет проведено 102 часа.

В начале и в конце учебного года учащиеся сдают 6 контрольных упражнений (тесты) для определения уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола. Тесты принимаются на уроках и заносятся в классный журнал. На основе мониторинга результатов данных тестов строится работа по развитию физических качеств.

Программа предусматривает использование соревновательного метода, метода круговой тренировки, поискового метода, групповой технологии, технологии создания успеха, работа по индивидуальным карточкам.

Программа включает в себя домашние задания в виде изучения и подготовки творческих работ по темам теоретического курса, а так же: «Биографии известных российских спортсменов» по изучаемым разделам программы, ведение дневника здоровья.

1. Планируемые результаты освоения учебного курса «Физическая культура 2 класс»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

1.1. Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

1.2. Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- организовывать свое рабочее место, с помощью учителя;
- следовать режиму организации учебной деятельности;
- определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно;
- определять план выполнения заданий на уроках;
- соотносить выполненное задание с образцом, предложенным учителем;
- использовать в работе спортивный инвентарь;
- корректировать выполнение задания в дальнейшем;
- оценка своего задания по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при выполнении.

Познавательные УУД:

- определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данного раздела; определять круг своего незнания;
- отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы, находить нужную информацию в учебнике;
- сравнивать и группировать упражнения, самостоятельно выполнять упражнения их по установленному образцу;
- наблюдать и делать самостоятельные простые выводы;
- знать правила ТБ;
- контролировать и оценивать свои действия;
- использовать общие приемы решения задач;
- умение анализировать абстрактные понятия, устанавливать закономерности.

Коммуникативные УУД:

- участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;
- формулировать свои затруднения и обращаться за помощью;
- взаимодействовать друг с другом, соблюдая правила безопасности;
- определять общую цель и пути её достижения;
- осуществлять взаимный контроль;
- владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения;
- поддерживать друг друга;
- следить за безопасностью друг друга;
- радоваться успехам одноклассников.
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

1.3 Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории зарождения древних Олимпийских игр, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.
- Ориентироваться в правилах и организации закаливающих процедур;

- Ориентироваться в правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

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

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять 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;
- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

1.4. Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

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

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

Характеристика оценки:

Отметка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений,

допускается наличие мелких ошибок.

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

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

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

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

Контрольные упражнения

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	4	3	1	12	8	3
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 30м 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
Поднимание туловища за 30 (сек)	17	15	13	15	13	11
Бег 1000м	Без учета времени					

2. Содержание учебного курса «Физическая культура. 2 класс»

№ п/п	Основное содержание по разделам рабочей программы	Характеристика основных видов деятельности обучающегося
1	<p>Основы знаний о физической культуре. Способы физкультурной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека; - ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы передвижения человека; - правила предупреждения травматизма; - история развития физической культуры и первых соревнований; <p>Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений.</p> <ul style="list-style-type: none"> - физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств; - основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма. (В процессе урока). 	<p>Сравнивают физкультуру и спорт эпохи Античности с современной физкультурой и спортом. Изучают рисунки, на которых изображены античные атлеты, и называют виды соревнований, в которых они участвуют. Анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.</p>
2	<p>Легкая атлетика Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед). Техника высокого старта, равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов. Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, с поворотом на 90° и 180°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; в длину, со скакалкой. Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы; броски большого мяча снизу из положения стоя. Метание: малого мяча на меткость и дальность из-за головы. (21 час)</p>	<p>Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение. Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей. Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности. Применяют прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей. Закрепляют в играх навыки прыжков и развивают скоростно-силовые и координационные способности. Описывают технику выполнения метательных</p>

		упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.
3	<p>Гимнастика с основами акробатики <i>Организуящие команды и приемы:</i> повороты, с разделением по команде «Направо! Раз-два», «Налево! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».</p> <p><i>Акробатические упражнения:</i> мост из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке;</p> <p><i>Снарядная гимнастика:</i> опорный прыжок, лазание по канату, упражнения на напольном гимнастическом бревне.</p> <p><i>Гимнастические упражнения прикладного характера:</i> передвижение по гимнастической стенке; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья. (18ч)</p>	<p>Различают строевые команды. Точно выполняют строевые приёмы. Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений. Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Описывают технику опорных прыжков и осваивают её. Оказывают помощь сверстникам. Осваивают технику упражнений в лазанье и перелезании, предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности.</p>
4	<p>Подвижные и спортивные игры <i>На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</i> «Быстро по местам!», «Конники-спортсмены», «Смена мест», «Посадка картофеля», «Совушка», «Бой петухов», «Командные хвостики» «Прокати быстрее», «Перетяжка парами», «Чехарда», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами»</p> <p><i>На материале раздела «Легкая атлетика»:</i> «Салки- дай руку», «Салки с мячом», «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Невод», «Удочка», «Лиса и куры», «Пустое место», «Мяч соседу», «Попади в мяч», «Волшебники», «Вышибалы», «Воробьи - вороны», «Воздух, вода, земля», «Охотники и утки», «Перетяжка парами», «Разведчики», «Волк во рву», «Точно в мишень», «Третий лишний». (18ч)</p>	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p>
5	<p>Подвижные игры на основе волейбола <i>Волейбол:</i> броски и ловля мяча на месте в парах, тройках, кругах, через сетку, подводящие упражнения для обучения нижней боковой подачи; специальные движения — подбрасывание мяча на</p>	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия данных подвижных игр</p>

	<p>заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Светофор», «Передал-садись», «Гонка мячей по кругу», «Снайперы», «Пионербол», «Два мяча на поле», «Защита квадрата», «Перехвати мяч».</p> <p>(23 ч)</p>	<p>для развития координационных и кондиционных способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p>
<p>6</p>	<p>Подвижные игры на основе баскетбола <i>Баскетбол:</i> ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо».</p> <p><i>На материале раздела «Спортивные игры»:</i> <i>Баскетбол:</i> 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; ловля и броски мяча, передачи мяча; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».</p> <p>(22ч)</p>	<p>Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.</p>

3.Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры 2 класс

№ у р о к а	Дата		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Примечание
	П	Ф			предметные	Метапредметные	Личностные	
I четверть – 24ч.								
Легкая атлетика (11 часов)								
1			<u>Инструктаж по ТБ.</u> Дневник самоконтроля Ходьба и бег. «Вызов номеров»	Открытие новых знаний Рефлексия.	Научиться применять правила ТБ на уроках легкой атлетики Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому	
2			Разновидности ходьбы и бега. Бег 30 м, 60 м –учет. Подвижная игра	Урок развивающего контроля	Бегать на короткую дистанцию с максимальной скоростью Правильно выпол -нять	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем	Проявление особого интереса к новому; проявление учебных мотивов;	

			«Салки- дай руку»		основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30 и 60м.	ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия;		
3			Разновидности ходьбы и бега. Челночный бег 3*10м –учет. Подвижная игра «Невод».	Урок развивающего контроля	Ходить под счёт. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 3*10м.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	

4			<p>Бег в равномерном темпе. Бег до 4 мин –учет.</p> <p>Подвижная игра «Воздух, вода, земля»</p>	<p>Урок развивающ его контроля</p>	<p>Ходить под счёт. Длительно бегать в медленном темпе</p> <p>Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать в среднем темпе.</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий</p>	
5			<p>Прыжки на месте и с поворотом на 90 и 180. Игра «Удочка».</p>	<p>Урок рефлексии</p>	<p>Знать разновидности прыжков</p> <p>Выполнять прыжки с поворо том</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя;</p>	<p>Проявление учебных мотивов;</p>	

6			Прыжки по разметкам и через препятствия. Подвижная игра «Лисы и куры».	Урок развивающ его контроля, рефлексия	Знать разновидности прыжков Выполнять прыжки по разметкам и через препятствия	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности	
7			Прыжок в длину с места. -учет. Подвижная игра «Лисы и куры».	рефлексия	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Выполнять прыжок в длину с места	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов;	
8			Метание малого мяча на меткость. Броски мяча 1 кг. «Точно в мишень».	рефлексия	Правильно выполнять основные движения в метании; Метать мячи на меткость с места из различных положений	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в	Проявление особого интереса к новому; проявление учебных мотивов;	

						сотрудничестве с учителем; <u>Коммун</u> задавать вопросы;		
9			Метание малого мяча на заданное расстояние. Броски мяча 1 кг «Мяч соседу».	рефлексия	Правильно выполнять основные движения в метании; Метать мячи на дальность с места из различных положений	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
10-11			Броски большого мяча (1кг). «Попади в мяч». 10-обучение 11-учет.	Рефлексия Урок развивающего контроля	Выполнять броски большого мяча разными способами на максимальное расстояние	Коммуникативные: Понимание принятия различных позиций и точки зрения на предмет. Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям Коммун. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Проявление учебных мотивов;	
Подвижные игры (7 часов)								
12			Инструктаж по ТБ. Физические упражнения, их отличие от	Открытие новых знаний	Знать правила поведения на уроках подвижных игр. Играть в подвижные игры	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и	Ориентация на содержательные моменты и адекватное	

			естественных упражнений. «Вышибалы»		с бегом.	различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
13			Эстафеты. Игры «Вышибалы», «Салки с мячом».	Рефлексия	Знать правила игр Играть в подвижные игры с бегом.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	
14-15			Игры на развитие скоростных способностей. Эстафеты Игры «Волшебники», «Воробы и вороны» 14 -обучение 15-закрепление	Рефлексия	Играть в подвижные игры с бегом.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	проявление учебных мотивов;	
16			Игры на закрепление и совершенствование	Рефлексия	Играть в подвижные игры с метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя	проявление особого интереса к новому; проявление учебных	

			е метаний. Эстафеты. «Охотники и утки»			свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	мотивов;	
17.			Игры на развитие прыгучести. Эстафеты. «Удочка», «Лисы и куры».	Рефлексия	Знать правила подвижных игр с бегом, прыжками	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
18.			Игры на развитие силы и выносливости. Игры «Невод», «Перетяжка парами».	Рефлексия	Знать правила подвижных игр с бегом, прыжками Играть в подвижные игры с бегом, прыжками	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
Подвижные игры на основе волейбола (6 часов)								
19.			«Появление мяча, упражнений и игр с мячом».	Открытие новых	Знать технику перемещений и остановок	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u>	Ориентация на содержательные моменты и адекватное	

			Остановки. Перемещения. Игры «Светофор», «Салки»	знаний	Играть в пионербол	Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
20.			Ловля мяча на месте. Игра «Школа мяча», «Охотники и утки»	Рефлексия	Знать технику ловли и бросков мяча Играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
21.			Ловля и броски мяча в парах. Игра «Передал - садись», «Снайперы»	Рефлексия	Знать технику владения мячом: держание, ловля, броски в процессе подвижных игр Играть в пионербол.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов; активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	
22.			Ловля и броски мяча в кругу. Игра «Гонка мячей по кругу»,	Рефлексия	Знать технику владения мячом: держание, ловля, передачи на расстояние, броски в процессе	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу;	Проявление учебных мотивов; проявление активности, подчинение своих	

			«Кто дальше»		подвижных игр Играть в пионербол	учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	желаний сознательно поставленным целям	
23-24.			Броски мяча через волейбольную сетку. Игра «2 мяча на поле», «Пустое место» 23- обучение 24 закрепление	Рефлексия	Владеть мячом: ловля, броски в процессе подвижных игр; Играть в пионербол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	

II четверть-24ч.

Подвижные игры (3 часа)

25.			<u>Инструктаж по ТБ</u> Игры с метанием. «Охотники и утки», «Метко в цель».	Открытие новых знаний	Играть в подвижные игры с метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	
-----	--	--	--	-----------------------	-------------------------------------	---	--	--

26.			Игры на развитие прыгучести. Эстафеты. «Удочка», «Лисы и куры».	Рефлексия	Играть в подвижные игры с прыжками,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
27.			Игры на развитие силы и выносливости. Игры «Невод», «Перетяжка парами».	Рефлексия	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
Подвижные игры на основе волейбола (3 часа)								
28			Стойки и перемещения. Игры «Светофор», «Салки»	Рефлексия	владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов; активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и	
29-30.			Стойки и перемещения. Передачи. «Играй, играй-мяч не теряй»	Рефлексия	Играть в пионербол	Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими	доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление активности.	

			29 -обучение 30 закрепление			упражнениями, подвижными играми;		
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)								
31			<u>Инструктаж по Технике безопасности.</u> <u>История зарождения Олимпийских игр.</u> Строевые команды Построения и перестроения по двое. «Быстро по местам!»	Урок развивающего контроля	Выполнять требования Т.Б., Различать и выполнять строевые команды Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление особого интереса к новому; проявление учебных мотивов;	
32			Строевые команды Построение перестроения по двое. «Смена мест»,	Рефлексия	Различать и выполнять строевые команды	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	Проявление особого интереса к содержанию занятий; проявление учебных мотивов	

			«Хвостики»			деятельности		
33			Кувырок вперед в группировке. Подвижная игра «Командные хвостики».	Рефлексия	Выполнять строевые команды, выполнять кувырок вперед Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
34			Кувырок вперед в группировке. Подвижная игра «Командные хвостики» Закрепление.	Рефлексия				
35			Гимнастический мост из положения лежа на спине. Игра «Конники – спортсмены».	Рефлексия	Выполнять гимнастический мост из положения, лежа на спине. Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление учебных мотивов; проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям	
36			Стойка на лопатках. Игра «Посадка	Рефлексия	Выполнять стойку на лопатках Выполнять	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять	Выполнять стойку на лопатках Выполнять	

			картофеля».		акробатические элементы отдельно и в комбинации	учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	акробатические элементы отдельно и в комбинации	
37-38			Акробатическое соединение. Игра «Бой петухов» 37-обучение 38-учет	Рефлексия Урок развивающего контроля	Научиться выполнять строевые упражнения. Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Позн.:</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов;	
39			Упражнения на напольном гимнастическом бревне. Игра «Совушка»	Рефлексия	Ходить по гимнастическому бревну и скамейке Выполнять упражнения в равновесии	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
40			Лазание по гимнастической стенке, по гимнастической скамейке.	Рефлексия Урок развивающего	Лазать по гимнастической стенке; Выполнять упражнения	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и	Проявление особого интереса к новому содержанию занятий; проявление учебных	

			Подтягивание – учет. Игра «Альпинисты».	го контроля	в равновесии	различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	мотивов;	
41			Преодоление полосы препятствий. Игра «Прокати быстрее».	Рефлексия	Лазать по гимнастической стенке; перелазить через козла Выполнять упражнения на развитие координации	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; _____ <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов;	
42 43 44			Лазание по канату в три приема. Игра «Горячая линия» 42 - обучение 43 закрепление 44-учет	Рефлексия Урок развивающе го контроля	Лазать по канату;	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; _____ <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов; проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям	
45 46 47			Опорный прыжок. Игра «Чехарда» 45 - обучение 46	Урок развивающе го контроля	Запрыгивать и спрыгивать с гимнастического козла Выполнять опорный	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; _____ <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u>	Проявление учебных мотивов; проявление активности, подчинение своих желаний сознательно	

			закрепление 47- учет		прыжок через козла	Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	поставленным целям	
48.			Круговая тренировка. Игра «Горячая линия»	Рефлексия	Знать правила прохождения станций круговой тренировки Выполнять акробатические упражнения, на снарядах	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление особого интереса к новому ; проявление учебных мотивов; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах	

III четверть -27ч.

Подвижные игры на основе баскетбола (13 ч) Подвижные игры на основе волейбола (14 ч).

49			<u>Инструктаж по ТБ</u> Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами. Игра «Попади в обруч».	Открытие новых знаний	Знать технику безопасности на уроках Играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов	
50			Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение мяча на месте.	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу	Проявление учебных мотивов;	

			Эстафеты с мячами. Игра «Мяч среднему».		ведение. Играть в мини-баскетбол	<u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		
51-52			Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Попади в обруч» – закрепление ловли и передачи мяча в движении.	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение. Играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление учебных мотивов	
53			Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Бросок мяча в колонне»	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов	

54			54 – Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Броски в цель – закрепление.	Рефлекси я				
55			Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «Мяч соседу»	Рефлекси я	Ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	Проявление учебных мотивов;	
56			Упражнения с набивными и баскетбольными мячами в парах. Упражнения с мячами в парах.	Рефлекси я	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов	
57			Броски мяча двумя руками от груди в стену.	Рефлекси я	Ловля мяча после отскока и бросок в заданную цель. Контролировать направление	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u>	Проявление учебных мотивов	

					движения мяча.	формулировать собственное мнение;		
58			Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля.	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление учебных мотивов	
59			Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч среднему».	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;	Проявление учебных мотивов	
60			Броски мяча двумя руками в стену.	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.	<u>Позн.</u> Понимать и принимать цели, сформулированные учителем;	Проявление учебных мотивов;	
61			Броски мяча одной рукой в парах. Игра «Мяч ловцу».	Рефлексия	Играть в мини-баскетбол. Контролировать направление движения мяча.	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		

Подвижные игры на основе волейбола (14 часов)

62			<p><u>Инструктаж</u> по Т.Б. Стойки и перемещения. Игры «Светофор», «Салки»</p>	<p>Открытие новых знаний</p>	<p>Выполнять требования Т.Б, выпол-нять перемещения и остановки;</p> <p>Составлять распоря-док и соблюдать режим дня.</p> <p>Играть в пионербол</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительност и и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	
63			<p>Ловля мяча на месте. Игра «Школа мяча», «Охотники и утки»</p>	<p>Рефлекси я</p>	<p>Владеть мячом: держание, ловля, броски в процессе подвижных игр;</p> <p>Играть в пионербол</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Ориентация на содержательные моменты школьной действительност и и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;</p>	
64- 65			<p>Ловля и броски мяча в парах. Игра «Передал - садись», «Снайперы»</p> <p>64- обучение</p>	<p>Рефлекси я</p>	<p>Владеть мячом: держание, ловля, броски в процессе подвижных игр;</p> <p>Играть в пионербол</p>	<p><u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры</p>	<p>Проявление учебных мотивов;</p>	

			65 - закрепление			действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;		
66			Ловля и броски мяча в кругу. Игра «Гонка мячей по кругу», «Кто дальше» -обучение, закрепление	Рефлексия	Владеть мячом: ловля, передачи на расстояние, броски в процессе подвижных игр; Играть в пионербол	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов;	
67-68			Броски мяча через волейбольную сетку. Игра «2 мяча на поле», «Пустое место» 68-обучение 69-закрепление	Рефлексия	Владеть мячом: ловля, броски в процессе подвижных игр; Играть в пионербол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Владеть мячом: ловля, броски в процессе подвижных игр; Играть в пионербол	

69-70			<p>Подача мяча. Игра «Пионербол»</p> <p>69-обучение 70-закрепление</p>	Рефлексия	<p>Владеть мячом: ловля, броски в процессе подвижных игр;</p> <p>Играть в пионербол</p>	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
71-72			<p>Подвижная игра «Пионербол»</p> <p>71 – обучение 72-закрепление</p>	Рефлексия	<p>Применять изученные приемы в игре;</p> <p>Играть в пионербол</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	Проявление учебных мотивов	
73			<p>Игры на закрепление и совершенствование метаний. Эстафеты. «Охотники и</p>	Рефлексия	Играть в подвижные игры с метаниями	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное</p>	проявление особого интереса к новому; проявление учебных	

			утки»			мнение;	мотивов;	
74			Игры на развитие прыгучести. Эстафеты. «Удочка», «Лисы и куры».	Рефлексия	Играть в подвижные игры с прыжками,	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
75			Игры на развитие силы и выносливости. Игры «Невод», «Перетяжка парами».	Рефлексия	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
IV четверть – 27ч								
Легкая атлетика - 3 часа								
76-			<u>Инструктаж по ТБ</u> <u>«Основные</u>	Открытие новых	Правильно выполнять основные движения в	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы,	Проявление особого	

77			<u>физические качества</u> Прыжок в высоту с разбега. 76- обучение 77-закрепление	знаний	прыжках; Прыгать в высоту с разбега	используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	интереса к новому; проявление учебных мотивов.		
78-79			Прыжок в высоту с разбега- учет. Игра «Кто выше»	Урок развивающего контроля	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в высоту с разбега	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов; подчинение своих желаний сознательно поставленным целям		
Подвижные игры на основе баскетбола- 8ч.									
80			<u>Инструктаж по ТБ</u> Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами. Игра «Попади в обруч».	Открытие новых знаний	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов;		
81			Ловля и передача мяча снизу на месте. Ведение	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;	Проявление учебных мотивов;		

			мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч среднему».		процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;		
82			Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Попади в обруч».	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол Играть в мини-баскетбол	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление учебных мотивов	
83			Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «Бросок мяча в колонне»	Рефлексия	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление особого интереса к новому; проявление учебных мотивов;	

84-85			<p>Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Игра «Мяч соседу»</p> <p>83-повторение</p> <p>84-закрепление</p>	Рефлексия	<p>Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.</p> <p>Играть в мини-баскетбол.</p>	<p><u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу. <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности</p>	Проявление учебных мотивов;	
86			<p>Ловля и передача мяча в тройках. Игра «Передал – садись». «Пройди защитника».</p>	Рефлексия	<p>Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.</p> <p>Играть в мини-баскетбол</p>	<p><u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p>	Проявление учебных мотивов;	
87			Игра в мини-баскетбол.	Рефлексия	<p>Знать правила игры.</p> <p>Играть в мини-баскетбол</p>	<p><u>Позн.</u> Понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p><u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной</p>	Проявление учебных мотивов;	

						деятельности.		
Подвижные игры - 8 часов								
88			Инструктаж по Технике безопасности во время подвижных игр. Подвижная игра «Пятнашки», «Невод»	Открытие новых знаний	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление особого интереса к новому; проявление учебных мотивов;	
89			Эстафеты. Подвижная игра «Лисы и куры», «Удочка»	рефлексия	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, прыжками	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
90			Эстафеты. Подвижная игра «Охотники и утки», «Разведчики»	рефлексия	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной	Взаимодействовать в группах. Проявление особого интереса; проявление учебных мотивов	

			89-обучение, закрепление			деятельности		
91- 92			Эстафеты. Подвижная игра «Вышибалы» 90-обучение 91-закрепление	рефлекси я	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов; проявление активности, стремление к получению новых знаний	
93			Эстафеты. Подвижная игра «К своим флажкам», «Ловишки с ленточкой»	рефлекси я	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение; управлять эмоциями	Проявление особого интереса к содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	
94			Эстафеты. Подвижная игра «Охотники и утки»; «Воробы и вороны»	рефлекси я	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное	Взаимодействовать в группах.	

						мнение; управлять эмоциями		
95			Эстафеты. Подвижная игра «Волк во рву»	рефлексия	Играть в подвижные игры Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	
Легкая атлетика- 7 часов								
96			<u>Инструктаж по Т.Б.</u> Метание малого мяча в цель; броски мяча 1 кг. «Метко в цель»	Открытие новых знаний	Правильно выполнять основные движения в метании метать различные мячи на дальность с места, метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	<u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; <u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;	Проявление особого интереса к содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	
97			Метание малого мяча на дальность Броски мяча 1 кг. «Кто дальше»	рефлексия	Правильно выполнять основные движения в метании; Метать мячи в цель; метать набивной мяч	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить	Проявление учебных мотивов, стремление к получению новых знаний	

					из различных положений	к общему решению в совместной деятельности.		
98			Броски большого мяча (1кг). –учет. «Попади в мяч».	Урок развивающ его контроля	Выполнять броски большого мяча разными способами Выполнять броски большого мяча разными способами на максимальное расстояние	Коммуникативные: Понимание принятие различных позиций и точки зрения на предмет. Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям Коммуникативные: Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Проявление учебных мотивов; адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика	
99			Прыжок в длину с места – учет. Эстафеты.	Урок развивающ его контроля	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в длину с места в полную силу	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу <u>Коммун.</u> Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	

100			Бег с изменением направления. Челночный бег 3*10м –учет. «Командные хвостики»	Урок развивающ его контроля	Правильно выполнять основные движения в беге; Бегать с максимальной скоростью 3*10м.	<u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы;	Ориентация на содержательные моменты и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика.	
101			Бег с ускорением. Бег 30, 60м.- учет. Игра «Воробьи - вороны»	Урок развивающ его контроля	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; Бегать с максимальной скоростью 30 м	<u>Позн.</u> понимание и принятие цели, включаться в творческую деятельность под руководством учителя; <u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун</u> задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов;	
102			Бег в равномерном темпе. Бег до 4 мин -учет. Игра «Пустое место»	Урок развивающ его контроля	Пробегать дистанцию в медленном темпе Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать в среднем темпе.	<u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; <u>Регул</u> принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; <u>Коммун</u> формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы;	Проявление учебных мотивов;	