Министерство образования и науки Удмуртской Республики МБОУ Дулесовская основная общеобразовательная школа

Рассмотрено на заседании Методсовета: Пр. № 1 от 30.08.2022

Принято на педсовете № 1 от 31.08.2022

Утверждено: директор школы мбо осна в мухина А.В

Приказ № 196 от 31.08.2022

Рабочая программа

по предмету «Физическая культура»

2 класс

на 2022-2023 учебный год

Составитель:

Учитель физической культуры

Субботина Е.О.

Пояснительная записка.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (2009 г.)
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- Примерной программы основного общего образования;
- Положения о рабочей программе МБОУ Дулесовская ООШ.
- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Дулесовской ООШ:
- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха. М.: Просвещение 2022 г.

В соответствии с учебным планом школы рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» во 2 классе рассчитана на 102 часа в год, 3 часа в неделю.

Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета "Физическая культура" использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Данная рабочая программа при необходимости может быть реализована частично с применением электронного обучения и дистанционных технологий на основании:

- 1. Методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Письмо Минпросвещения РФ «О направлении рекомендаций» от 16.11 2020 г. № ГД-2072/03.
- 2. «Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 23 августа 2017 года № 816.
- 3. Регламента организации электронного обучения и использовании дистанционных образовательных технологий МБОУ Дулесовской ООШ
 - 4. Положения об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий в образовательном процессе МБОУ Дулесовкой ООШ.
- 5. «Порядка оказания учебно-методической помощи обучающимся (индивидуальных консультаций) при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий и проведения текущего контроля и итогового контроля по учебным дисциплинам в МБОУ Дулесовкой ООШ».

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

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

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

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

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- > формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- > овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования 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.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разно-уровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества— идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности, учащихся на занятиях к

активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Цель 3-го урока физкультуры - создание условий для реализации физкультурнооздоровительной активности учащихся вне зависимости от уровня физической подготовки и уровня сформированности специфических умений по отдельным видам спорта. Поэтому содержание 3-го урока физкультуры направлено не только реализацию общепринятых разделов (лёгкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка и т.д.), но и на введение таких вариативных разделов как национальные виды спорта, национальные спортивные игры и командные эстафетные игры.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

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

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

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

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

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности:

целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

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

выполнять организующие строевые команды и приёмы;

выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;

выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

плавать, в том числе спортивными способами;

выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

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

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально яркой

форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела),
 развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание учебного предмета, курса

1. Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1.1. Естественные основы.

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

1.2. Социально-психологические основы.

. Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

1.3. Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

. Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

2. Подвижные игры. Элементы спортивных игр.

- **2.1.**Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.
- **2.2.** Элементы баскетбола: броски и ловля мяча в парах, упражнения с мячом у стены, ведение мяча на месте и в движении, передачи мяча в парах на месте и в движении, бросок мяча в баскетбольное кольно.
- **2.3.** Элементы волейбола: броски и ловля мяча в парах, бросок и ловля мяча через сетку, подача мяча одной и двумя руками.
- **2.4.** Элементы футбола: ведение мяча внутренней и внешней частью подъема стопы по прямой, по дуге, «змейкой»; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; передачи и прием мяча ногами на месте и с продвижением; игра вратаря.

3. Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц. Висы, упоры, перекаты, кувырок вперед, назад, «стойка на лопатках», «мост». Правила выполнения лазания по наклонной скамейке, лазанья и перелезания по гимнастической стенке Упражнения в равновесии: «цапля», «ласточка», на узкой рейке гимнастической скамейки. Упражнения на гибкость «кольцо», «полушпагат». Ползанье «по-пластунски», переползание через препятствие.

4. Легкая атлетика

Понятия короткая и длинная дистанция, бег на скорость (30м, челночный бег), бег на выносливость (бег 1000м без учета времени); высокий и низкий старт; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнения в прыжках в длину (с места и с разбега) и высоту. Техника безопасности на занятиях.

5. Лыжная подготовка.

Техника безопасности на уроках лыжной подготовки, название лыжного инвентаря; название лыжных ходов; температурный режим; переноска лыжного инвентаря; ступающий и скользящий шаги; попеременный двухшажный ход; повороты приставным шагом и переступанием; торможение палками, падением, «плугом»; подъем «лесенкой», «елочкой», ступающим шагом; спуск в основной стойке.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре 2класс

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков) Класс
1	Знания о физической культуре	В ходе урока
2	Легкая атлетика	39

	Итого	102
5	Лыжная подготовка	16
	элементы спортивных игр	23
4	Подвижные игры	В ходе урока
3	Гимнастика с основами акробатики	24

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности

1	2	5	6		7	,	8
	Тема	Основные виды деятельности учащихся	Плаг	нируемы	е результа	аты	
ур о- ка	урока, тип урока		Предметные	Личн	остные		редметн ые
Разд	ел программы №	1. Легкая атлетика . Подв	ижные игры (24 час	ca)		•	
	ТБ.	Знакомятся с	Соблюдают	Проявля	ІЮТ	Использ	зуют
	Построение в	правилами поведения в	правила	учебно-		общие г	іриемы
	шеренгу по	спортивном зале и на	безопасного	познава	тельный	решения	Я
	росту. Игра	площадке, с со-	поведения на	интерес	К	поставл	енных
	«Займи свое	держанием и	уроке, выполняют	новому		задач;	
	место».	организацией уроков	действия по	учебном	ıy	определ	и тык
	Понятия	физкультуры; учатся	образцу,	материа	лу,	характе	ризуют
	«основная	слушать и выполнять	выполняют	развива	ЮТ	физичес	скую
1	стой-ка»,	команды «Равняйсь»,	построение в	готовно	сть к	культур	у как
	«равняйсь»	«Смирно» «Вольно»,	шеренгу по росту,	сотрудн	ичеству	занятия	
	«смирно»,	построению в шеренгу	выполняют			физичес	скими
	«воль-но».	по росту, бег в	комплекс			упражн	ениями,
	Игра «Салки-	рассыпную и	утренней			подвиж	ными и
	догонялки»	нахождение места в	гимнастики			спортив	ными
	77	строю, выполнять				играми;	
	Изучение	комплекс утренней				планиру	иот свои
	нового	гимнастики; играть в				действи	ЯВ

2	Материала. Повторение строевых упражнений. Обучение понятию «высокий старт». Повторение техники челночного бега. Игра «Ловишка». Комбинирован ный	игру «Салки- догонялки» Строятся в шеренгу, колонну, выполняют комплекс утренней гимнастики, разучивают как принимается положение высокого старта и выполняют; повторяют технику челночного бега, правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно принимать положение высокого старта и выполнять челноч-ный бег	Ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации; имеют желание учится.	соответствии с поставленной задачей; формируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своих действий Самостоятельно выделяют и формулируют цели; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются
3	Совершенство вание выполнения строевых упражнений. Обучение бегу с высокого старта на дистанцию 30м. Игра «Салки с	Повторяют построение в шеренгу, колонну, выполняют беговую разминку, выполняют комплекс утренней гимнастики, выполняют бег с высокого старта на 30 м, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, принимают положение высокого старта и учатся выполнять бег на скорость. 30м с высокого	Понимают значение физического развития для человека и принимают его, ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности,	на позицию партнера в общении и взаимодействии. Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят не-обходимые коррективы в
	домом». Комбинирован		старта	осуществляют самоанализ и самоконтроль	действия после его завершения на основе оценки и учета

	ный			результата	сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
4	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Совершенство вание челночного бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гусилебеди» Комбинирован ный	Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют бег 3* 10м на время, повторяют правила и играют в игру «Гусилебеди»	Корректируют технику челночного бега, как выполнять поворот в челночном беге; учатся технически правильно выполнять поворот в челночном беге, правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; выполнять челночный бег на скорость	Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремятся достичь хороших результатов в беге, проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
5	Развитие внимания, мышления при выполнении расчета по порядку. Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Игра	Выполняют легкоатлетические упражнения, разучивают технику движения рук и ног в прыжках вверх и в длину с места, выполняют прыжки вверх и в длину с места повторяют правила и играют в игру	Учатся выполнять легкоатлетически е упражнения прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; технике движения рук и ног в	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, планируют свои действия в соответствии с задачей и

	«Удочка».	«Удочка»	прыжках.	смысла учения	условиями ее
	w дочка//•	му до тал	прыжках.	Ombiesia y ielinis	реализации,
	Изучение				оценивают
	нового				правильность
	материала.				выполнения
					действия.
	Совершенство	Знакомятся какая	Учатся	Ориентируются	Самостоятельно
	вание	польза от занятий	характеризовать	на понимание	выделяют и
	строевых	физической культурой;	роль и значение	причин успеха в	формулируют
	упражнений.	выполняют строевые	физкультуры для	учебной	познавательные
	Объяснение	упражнения: повороты,	укрепления	деятельности;	цели,
	понятия	ходьба «змей-кой», по	здоровья,	проявляют	используют
	«физическая	кругу, по спирали,	правильно	положительные	общие приемы
	культура как	повторяют прыжки	выполнять	качества	решения
	система	вверх и в длину с	строевые	личности и	поставленных
	занятий	места; повторяют	упражнения,	управляют	задач,
6	физическими	прави-ла и играют в	ВЫПОЛНЯТЬ	СВОИМИ	оценивают
	упражнениям	игру «Жмурки»	упражнения по	ЭМОЦИЯМИ В	правильность
	и». Совершенство		образцу учителя и показу лучших	различных нестандартных	выполнения действия,
	вание прыжков		учеников	ситуациях	адекватно
	вверх и в		учеников	ситуациях	воспринимают
	длину с места.				оценку учителя,
	Игра				ориентируются
	«Жмурки».				на позицию
	William Strain S				партнера в
	Комбинирован				общении и
	ный				взаимодействии
	Ознакомлени		Учатся выполнять	Ориентируются	Самостоятельно
	е с историей	Знакомятся когда	упражнения,	на	выделяя-ют и
	возникновени	появились первые	добиваясь	доброжелательн	формулируют
	я первых	спортивные	конечного	oe	познавательные
	спортивных	соревнования;	результата;	взаимодействие	цели, соотносят
	соревнований.	выполняют упражнения	организовывать и	со сверстниками,	изученные
	Контроль	под заданный ритм и	проводить	проявляют	понятия с
	двигательных качеств:	темп, повторяют	подвижные игры, соблюдать	дисциплинирова нность,	примерами из реальной жизни,
_	прыжок в	прыжок в длину с места	правила	трудолюбие и	вносят
7	длину с места.	и выполняют прыжок	взаимодействия с	упорство в	необходимые
	Игра	на результат, играют в	игроками	достижении	коррективы в
	«Жмурки».	игру «Жмурки»	m pottamii	постав-ленных	действия после
	warmij Parit//•			целей	его завершения
	Комбинирован				на основе его
	ный				оценки и учета
					сделанных
					ошибок;
					договариваются
					и приходят к
	I	L	l .	<u> </u>	

					общему решению в
					совместной деятельности,
					ориентируются
					на позицию
					партнера в
					общении и
					взаимодействии
ло	азвитие овкости, нимания в	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, ОРУ; повторяют как	Учатся технически правильно	Ориентируются на активное общение и	Самостоятельно формулируют и решают учебную
Me	етании мал.	выполнять метание	выполнять	взаимодействие	задачу,
М	яча на	мал. мяча на дальность,	метание мал. мяча	со сверстниками,	соотносят
да	альность.	выполняют метание,	на дальность,	проявляют	изученные
Pa	азучивание	разучивают правила и	держать корпус,	дисциплинирова	понятия с
ИІ	гры «Кто	играют в игру «Кто	ноги и руки в	нность,	примерами из
да	альше	дальше бросит»	метании.	трудолюбие и	реальной жизни;
бр	росит».			упорство в	вносят
$ $ ν	Сомбинирован			достижении	необходимые
	омоинировин ЫЙ			постав-ленных	коррективы в
8	ыи			целей	действия после
					его завершения
					на основе его
					оценки и учета
					сделанных
					ошибок; вносят
					необходимые
					коррективы в
					действия после
					его завершения
					на основе его
					оценки и учета
					сделанных ошибок
7.0		П	37		
	онтроль	Повторяют правила	Учатся		Самостоятельно
	вигательных	контроля двигательных	технически		выделяют и
	ачеств:	качеств, повторяют	правильно		формулируют
	етание на	метание мал. мяча на	ВЫПОЛНЯТЬ		познавательные
	альность. азвитие	дальность, выполняют метание на результат,	метание пред- мета; выполнять		цели, используют
0	оординации,	повторяют и проводят	упражнения с		общие приемы
	ов-кости,	эстафету «За мячом	соблюдением		решения
	коростных	противника»	очередности и		поставленных
	ачеств в	1	правил		за-дач,
	стафете «За		безопасности;		планируют свои
	_		•		
	МОРК		соблюдать		действия в

	Протиричис		ранима пометь с		за-дачей и
	противника»		взаимодействия с		
	Комбинирован		игроками в		условиями ее
	ный		команде		реализации,
					оценивают
					правильность
					выполнения
					действия,
					формулируют
					собственное
					мнение,
					используют речь
					для регуляции
					своего действия
	Обучение бегу		Развивают	Ориентируются	Используют
	с изменением	Знакомятся как	скоростно-	на принятие и	общие приемы
	частоты шагов.		силовые качества,	освоение	решения
	Повторение	увеличивать и	координацию	социальной роли	поставленных
	бега на	уменьшать скорость	движений; учатся	обучающегося,	задач, соотносят
	выносливость.	бега; выполняют	организовывать и	развитие	изученные
	Игры «Два	беговые задания,	проводить	мотивов учеб-	понятия с
	Мороза»,	выполняют упражнения	подвижные игры,	ной	примерами из
	«Запрещенное	по образцу учителя и	выполнять игры	деятельности и	реальной жизни,
	движение».	показу лучших	разной	формирование	оценивают
		учеников, повторяют	функциональной	личностного	правильность
	Комбинирован	правила и играют в	направленности.	смысла учения	выполнения
10	ный	игры «Два Мороза» и		CMERCIA y Territor	действия,
		«Запрещенное			адекватно
		движение»			воспринимают
					оценку учителя
					, ,
					и сверстников,
					формулируют
					вопросы,
					ориентируются
					на позицию
					партнера в
					общении и
					взаимодействии
	Ознакомление	Знакомятся как	Самостоятельно	Проявляют	Используют
	с основными	правильно подобрать	подбирают	положи-тельные	общие приемы
	способами	ритм и темп бега на	собственный,	качества	решения
	развития	различных дистанциях,	наиболее	личности и	поставленных
	выносливости.	выполняют медленный	эффективный		
11	Развитие			управляют	задач;
		и быстрый бег,	ритм и темп бега;	СВОИМИ	оценивают свои
	двигательных	повторяют нахождение	учатся правильно	эмоциями при	достижения,
	качеств в беге	пульса и контролируют	распределять	общении со	соотносят
	на	самочувствие по	силы при	сверстниками и	изученные
	выносливость.	частоте пульса;	длительном беге;	взрослыми	понятия с
1	Контроль	повторяют правила и	оценивать		примерами;

	пульса. Игра	играют в игру	величину		планируют свои
	«Воробышки-	«Воробышки-	нагрузки по		действия в
	попрыгунчики	попрыгунчики»	частоте пульса		соответствии с
	» »	1 7			задачей и
					условиями ее
	Комбинирован				реализации,
	ный				формулируют
					вопросы,
					используют речь
					для регуляции
					своих действий
	Развитие	Выполняют	Учатся	Onveytora	Самостоятельно
				Ориентируются	
	скоростных качеств в беге	разминочный бег в различном темпе, ОРУ;	правильной технике бега, как	на активное общение и	формулируют и решают учебную
		-			
	на различные дистанции.	бег на скорость на различные дистанции;	правильно стартовать и	взаимодействие со сверстниками,	задачу, соотносят
	дистанции. Конт-роль	различные дистанции; бег 30м с высокого	финишировать;	проявляют	
	конт-роль двигательных	старта на результат;	финишировать, соблюдать	дисциплинирова	изученные понятия с при-
	качеств: бег на	повторяют правила и	правила	нность,	мерами из
	30 м с высоко-	играют в игру	поведения и	трудолюбие и	реальной жизни;
	го старта.	«Горелки»	предупреждения	упорство в	планируют свои
	Русская	«п орелки»	травматизма во	достижении	действия в
	народная игра		время бега	поставленных	соответствии с
12	«Горелки»		времи оста	целей	задачей и
12	W openkii//			целен	условиями ее
	Комбинирован				реализации,
	ный				формулируют
					собственное
					мнение и
					позицию,
					договариваются
					и приходят к
					общему
					решению в
					совместной
					деятельности
	Объяснение		Учатся соблюдать	Проявляют	Используют
	правил		правила	дисциплинирова	общие приемы
	поведения и	Знакомятся с	безопасного	нность,	решения
	ТБ в	правилами поведения в	поведения;	трудолюбие и	поставленных
	спортивном	спортивном зале и на	совместным	упорство в	задач, соотносят
13	зале и во время	уроках с	командным	достижении	изученные
	упражнений со	использованием	действиям во	поставленных	понятия с
	спортивным	спортивного инвентаря;	время игры;	целей; умеют	примерами из
	инвентарем.	выполняют задания в	соблюдать	управлять	реальной жизни;
	Развитие	ходьбе и беге, комплекс	правила	своими	принимают и
	координацион	упражнений в	взаимодействия с	эмоциями при	сохраняют
	ных	движении и на месте;		общении со	учебную задачу

	способностей в общеразвиваю щих упражнениях. Игра «Охотник и зайцы». Комбинирован ный	повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»	игроками	сверстниками и взрослыми	при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следу-ют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
14	Обучение перестроению в две шеренги, в две колонны. Повторение подъем туловища из положения лежа на спине, подтягивание на низкой перекладине. Игра «Море волнуется» Комбинирован ный	Разучивают строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине, выполняют упражнение на пресс, повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
15	Совершенство вание выполнения строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие	Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»	Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с

	памяти и		подъем туловища	целей	поставленной
	внимания в		на скорость;	ценен	задачей и
	игре «Отгадай,		выполнять		условиями ее
	чей голосок»		упражнения		реализации,
	чен голосок//		добиваясь		используют
	Комбинирован				•
	ный		конечного		установленные
			результата.		правила в
					контроле
					способа
					решения,
					формулируют
					собственное
					мнение и
					позицию,
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
	Обучение	Выполняют	Учатся соблюдать	Ориентируются	Самостоятельно
	упражнениям с	упражнения с	правила	на активное	выделяя-ют и
	гимнастическо	гимнастической пал-	поведения и	общение и	формулируют
	й палкой.	кой, упражнения для	предупреждения	взаимодействие	познавательные
	Контроль	стопы с	травматизма во	со сверстниками,	цели,
	двигательных	гимнастической	время занятий с	проявляют	используют
	качеств:	палкой; знакомятся ка-	пред-метами;	дисциплинирова	общие приемы
	подтягивание	кие качества	развивают	нность,	решения
	на низкой	развиваются при	координационные	трудолюбие и	поставленных
	перекладине из	подтягивании на	способности, лов-	упорство в	за-дач,
	виса лежа.	перекладине и как	кость и внимание	достижении	оценивают
	Разучивание	выполняется	при выполнении	поставленных	правильность
	эстафет с	подтягивание;	упражнений с	целей	выполнения
	гимнастическо	выполняют	гимнастической	4011011	действия,
16	й палкой.	подтягивание на	палкой,		адекватно
	11 11.001110	результат; разучивают	выполняют		воспринимают
	Комбинирован	и выполняют эстафеты	упражнения для		оценку учителя,
	ный	с гимнастической	стопы с целью		формулируют
		палкой	профилактики		собственное
		iiwiiioii	плоскостопия;		мнение
			развивают		ориентируются
			выносливость и		на позицию
			силу рук.		партнера в
			July Plu		общении и
					взаимодействии;
					контролируют
					действия
					партнера

17	Повторение прыжков на одной и двух ногах разными способа-ми. Обучение прыжку в длину с разбега на гим. мат. Игра «День и ночь» Комбинирован ный	Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, разучивают и выполняют прыжок в длину с разбега на гим. мат, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с постав-ленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют
18	Разучивание ОРУ с обручем. Совершенство вание прыжков из обруча в обруч, прыжка в длину с разбега. Разучивание отжимание от пола. Игра «Займи обруч»	Выполняют общеразвивающие упражнения с обручем, прыжки на двух ногах из обруча в обруч (обручи лежат в ряд и в «шахматном порядке»), повторяют прыжок в длину с разбега на гим. мат и выполняют его на оценку; разучивают как правильно выполняется отжимание от пола и выполняют; повторяют	Учатся выполнять упражнения с пред-метом, бережно обращаться с инвентарем, соблюдать требования ТБ; развивать прыгучесть при выполнении задания; ловкость, быстроту и реакцию при	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия, адекватно
	Комбинирован ный	правила и играют в игру «Займи обруч»	проведении игры; силу и выносливость при отжимании		воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы;

	Совершенство	Выполняют	Учатся	Проявляют	ориентируются
	вание ОРУ с	упражнения с обручем;	технически	положи-тельные	на позицию
	обручем.	разучивают способы	правильно	качества	партнера в
	Разучивание	пролезания в обруч:	ВЫПОЛНЯТЬ	личности и	общении и
	пролезание в	прямо и боком;	упражнения с	управляют	взаимодействии
	обруч разными	разбирают как	обручем;	· -	взаимоденствии
		-		СВОИМИ	
	способами.	правильно выполняется	соблюдать	эмоциями при	
	Контроль	пролезание и	правила	общении со	
	двигательных	выполняют поточным	поведения и	сверстниками	
19	качеств:	методом; выполняют	предупреждения		
	отжима-ние от	отжимание на	травматизма;		
	пола.	результат; разучивают	развивают		
	Разучивание	и выполняют эстафеты	быстроту, лов-		
	игровых	с обручем	кость,		
	действий		внимательность		
	эстафет с		при выполнении		
	обручем.		эстафет		
	1 7		1		
	Комбинирован				
	ный				
	Разучивание	Разучивают и	Учатся выполнять	Ориентируются	Самостоятельно
	упражнений на	выполняют упражнения	упражнения	на	формулируют
	гимнастически	на гимнастической	используя	доброжелательн	проблемы;
	х скамейках.	скамейке, ползанье по	гимнастические	ое общение и	ориентируются в
	Обучение	гимнастической		взаимодействие	разнообразии
	•		снаряды,		•
	ползанью по	скамейке разны-ми	регулировать	со сверстниками,	способов
	гимнастическо	способами: на коленях,	физическую	проявляют	решения задач;
	й скамейке,	на животе, приседание;	нагрузку во время	дисциплинирова	выполняют
	приседанию.	повторяют правила и	занятий;	нность,	действия в
	Игра «Удочка»	играют в игру	взаимодействоват	трудолюбие и	соответствии с
	Изучение	«Удочка»	ь со сверстниками	упорство в	поставленной
	•		по правилам	достижении	задачей и
	нового		проведения	поставленных	условиями ее
20	материала.		игровых	целей	реализации;
			упражнений		используют
					установленные
					правила в
					контроле
					способа
					решения;
					формулируют
					вопросы,
					обращаются за
					=
					помощью;
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной

					деятельности
21	Совершенство вание ОРУ на гимнастическо й скамейке. Совершенство вание основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Третий лишний» Комбинирован ный	Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности используются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползанье по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют приседание за 1 мин.	Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений полосы препятствий; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений при приседа-нии на результат	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
22	Обучение парным упражнениям. Разучивание техники прыжка в высоту способом «перешагивани е». Игра «Чехарда» Изучение нового материала.	Разучивают и выполняют новые упражнения в парах. Выполняют упражнения в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», Разучивают технику прыжка в высоту и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Чехарда»	Учатся выполнять упражнения в парах и с помощью партнера, технически правильно выполнять прыжок в высоту; взаимодействоват ь со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений; развивают силу рук и ловкость	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
23	Совершенство вание прыжка в высоту. Разучивание	Выполняют общеразвивающие упражнения по одному, учатся показывать и	Учатся самостоятельно организовывать и проводить	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные

24	игровых действий эстафет с мешочком с песком. Комбинирован ный Развитие двигательных качеств: выносливости, быстро-ты в эстафетах «Веселые старты» Комбинирован	считать при выполнении упражнения, повторяют прыжок в высоту с разбега и выполняют его на оценку; разучивают и выполняют эстафеты с мешочком с песком Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползаньем	разминку; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного	упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и при-ходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации
	Комбинирован ный	пролезанием в обруч, ползаньем	закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности		
Разд	 ел программы №2	 2 Гимнастика с элемента	 ми акробатики. Под	 цвижные игры (24	часа)
	Прорино	2norovator o	Знакомятся с ТБ	Опусуулуулуулагад	D. гионатот и
	Правила поведения в	Знакомятся с правилами поведения	на уроках	Ориентируются на принятие и	Выделяют и формулируют
	спортивном	на уроках гимнастики,	гимнастики;	освоение	познавательные
	зале на уроках	выполняют ходьбу и	учатся выполнять	социальной роли	цели с помощью
	гимнастики.	бег с заданиями,	упражнения для	обучающегося,	педагога; вносят
	Повторение	упражнения сидя на	укрепления мышц	развитие	необходимые
	понятий: вис,	гимнастическом мате,	брюшного пресса;	мотивов учеб-	коррективы в
	упор.	повторяют как	правилам	ной	действие после
25	Обучение вису	выполняются висы и	выполнения	деятельности и	его завершения
	углом на	упоры ; разучивают и	упражнений на	формирование	на основе его
	гимнастическо	выполняют вис углом;	гимнастической	личностного	оценки и учета
	й стенке и	разучивают правила и	стенке, выполнять	смысла учения	характера
	перекладине.	играют в игру «Что	«хваты» при		сделанных
	Развитие	изменилось»	выполнении		ошибок,
	внимания,		«виса»;		договариваются
	памяти,		правильному		и при-ходят к общему

положению при

выполнении виса

координации

движений в

общему

решению в

	игре «Что		углом		совместной
	измени-лось»				деятельности
	Комбинирован				
	ный				
	Развитие	Выполняют ходьбу и	Знакомятся с	Проявляют	Самостоятельно
	координацион	бег с заданиями,	акробатическими	дисциплинирова	ставят,
	ных	упражнения сидя на	элементами,	нность,	формулируют и
	способностей в	гимнастическом мате,	повторяют что	трудолюбие и	решают учебную
	упражнениях	знакомятся с	такое	упорство в	задачу,
	гимнастики с	простейшими	группировка;	достижении	принимают и
	элементами	элементами	корректируют	поставленных	сохраняют
	акробатики.	акробатики, выполняют	технику	целей; умеют	учебную задачу
	Повторение	перекаты в	выполнения	управлять	при выполнении
	техники	группировке,	перекатов;	эмоциями при	упражнений и
26	перекатов.	повторяют правила и	развивают	общении со	игре; принимают
	Игра	играют в игру	координационные	сверстниками и	инструкцию
	«Передача	«Передача мяча в	способности,	взрослыми	педагога и четко
	мяча в	туннеле»	учатся соблюдать		следуют ей;
	туннеле»		правила		осуществляют
	Комбинирован		поведения и		итого-вый и
	ный		предупреждения		пошаговый
			травматизма и правила		контроль; договариваются
			правила взаимодействия с		и приходят к
			игроками		общему
			тт рокшит		решению в
	Повторение	Выполняют ходьбу и	Учатся		совместной
	техники	бег по кругу,	координировать		деятельности;
	кувырка	упражнения сидя на	перемещение рук		ориентируются
	вперед.	гимнастическом мате,	при выполнении		на позицию
	Развитие	повторяют как	кувырка вперед;		партнера в
	координацион ных,	правильно выполнить кувырок вперед,	регулировать физическую		общении и
	скоростно-	выполняют кувырок,	нагрузку;		взаимодействии
27	силовых	выполняют задания в	правильно		
	способностей в	круговой тренировке,	ВЫПОЛНЯТЬ		
	круговой	повторяют правила и	задания круговой		
	тренировке.	играют в игру	тренировки для		
	Игра	«Мышеловка»	закрепления		
	«Мышеловка»		учебного		
	Voucernage		материала		
	Комбинирован ный				
	Совершенство	Выполняют ходьбу и	Учатся выполнять	Проявляют	Самостоятельно
28	вание техники	бег с заданиями,	упражнения	дисциплинирова	ставят,
	упражнения	упражнения лежа на	акробатики со	нность,	формулируют и
	«стойка на	спине на	страховкой;	трудолюбие и	решают учебную
	лопатках»;	гимнастическом мате,	выполнять	упорство в	задачу,

	KABLIDES	повторяют технику	акробатические	достижении	контролируют
	кувырка вперед.	повторяют технику «стойки на лопатках» и	упражнения,	поставленных	процесс и
	вперед. Развитие		упражнения, добиваясь	целей	-
		выполняют; повторяют		целеи	результат действия; вносят
	ловкости и	кувырок вперед,	конечного		
	координации в	выполняют кувырок	результата		изменения в
	игре «Посадка	вперед на оценку;			план действия;
	картофеля»	разучивают правила и			используют речь
	Комбинирован	играют в игру «Посадка			для регуляции
	ный	картофеля»			своего действия;
					договариваются
					и приходят к
					общему
					решению в
					совместной
					деятельности, в
					том числе в
					ситуации
					столкновения
					интересов.
	Развитие	Выполняют ходьбу и	Корректируют	Ориентируются	Используют
	гибкости в	бег с заданиями,	технику	на	общие приемы
	упражнении	упражнения лежа на	выполнения	доброжелательн	решения
	«мост».	спине на	упражнения	ое общение и	поставленных
	Совершенство	гимнастическом мате,	«мост»;	взаимодействие	задач;
	вание «стойки	повторяют технику	развивают	со сверстниками,	планируют свои
	на лопатках».	выполнения	гибкость тела	проявляют	действия в
	выполнения	упражнения «мост» и	выполняя	дисциплинирова	соответствии с
	упражнений	выполняют; повторяют	акробатические	нность,	поставленной
29	акробатики в	кувырок вперед и	элементы, учатся	трудолюбие и	задачей и
	разных	«стойку на лопатках»	соблюдать	упорство в	условиями ее
	сочетаниях.	соединяя элементы;	правила игры и	достижении	реализации;
	Игра «Кот и	выполняют «стойку на	правила	поставленных	контролируют
	мышь»	лопатках» на оценку;	взаимодействия с	целей	процесс и
	TC	повторяют правила и	игроками		результат
	Комбинирован	играют в игру «Кот и			действия;
	ный	мышь»			используют речь
					для регуляции
					своего действия.
	Обучение	Выполняют ходьбу и	Учатся выполнять	Ориентируются	Ориентируются
	ходьбе по	бег с заданиями,	упражнения для	на понимание	в разнообразии
	гимнастическо	упражнения лежа на	развития	причин успеха в	способов
	й скамейке	спине на	гибкости, лов-	учебной	решения задач;
30	раз-личными	гимнастическом мате,	кости и	деятельности:	принимают и
30	способами.	разучивают и	координации;	самоанализ и	сохраняют
	Контроль	выполняют ходьбу на	сохранять	самоконтроль	учебную зада-чу
	двигательных	носках по	равновесие,	результата	при выполнении
	качеств:	гимнастической	выполняя ходьбу		упражнений и
	наклон вперед	скамейке разными	по		игре; принимают
	поред	Pasiisiiii			

	из положения стоя. Игра «Кот и мышь»	способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон	гимнастической скамейке, организовывать и проводить		инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют
	Комбинирован ный	вперед из положения стоя, повторяют правила и игра-ют в игру «Кот и мышь»	подвижные игры		итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия
31	Развитие координации движений, ловкости, внимания в лазание по наклонной гимнастическо й скамейке. Повторение упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Запрещенное движение» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными способами, гим. Упр. «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Запрещенное движение»	Учатся перемещаться по наклонной поверхности различными способами; характеризовать физические качества: силу, координацию; выполнять игровые упражнения по команде учителя; организовывать и проводить подвижные игры	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия
32	Развития равновесия в упражнениях «цапля», «ласточка». Совершенство вание техники упражнения «мост». Разучивание игры «Прокати быстрее мяч» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка»; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; разучивают правила и играют в игру	Учатся выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, добро-желательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное

		п -			
		«Прокати быстрее мяч»	соблюдать		мнение,
			правила игры и		договариваются
			правила		и приходят к
			взаимодействия с		общему
			игроками		решению в
					совместной
					деятельности
	Объяснение	Знакомятся со	Учатся	Проявляют	Самостоятельно
	значения	значением	принципам	дисциплинирова	выделяют и
	физкультминут	физкультминуток для	построения	нность,	формулируют
	ок для	здоровья и принципами	физкультминуток;	трудолюбие и	цели и способы
	укрепления	их построения;	закрепляют	упорство в	их
	здоровья,	выполняют ходьбу и	навыки в	достижении	осуществления,
	принципов их	бег с заданиями,	упражнениях	поставленных	оценивают
	построения.	упражнения лежа на	акробатики,	целей	правильность
	Совершенство	боку на	развивают	·	выполнения
33	вание	гимнастическом мате,	координацию,		действия,
	упражнений	повторяют упражнения	ловкость,		формулируют
	«цап-ля»,	«цап-ля» и «ласточка»,	внимание при		собственное
	«дап-ли», «ласточка»,		выполнении		мнение,
	•	кувырок вперед;			·
	кувырка	соединяют упражнение	заданий и		ориентируются
	вперед. Игра	в равновесии	игровых		на позицию
	«Волк во вру»	«ласточка» и кувырок	упражнений		партнера в
	Комбинирован	вперед; повторяют			общении и
	ный	правила и играют в			взаимодействии
	nou	игру «Волк во рву»			
	Повторение	Выполняют ходьбу и	Учатся выполнять	Ориентируются	Самостоятельно
	строевых	бег с заданиями,	упражнения на	на	формулируют
	упражнений.	упражнения стоя на	растяжку мышц в	доброжелательн	проблемы,
	Развитие	коленях на	разных	ое общение и	используют
	гибкости в	гимнастическом мате,	положениях;	взаимодействие	установленные
	глубоких	выполняют задания на	самостоятельно	со сверстниками,	правила в
	выпадах,	гибкость: выпады,	подбирать	проявляют	контроле
	наклонах	наклоны вперед из	упражнения для	дисциплинирова	способа
	вперед стоя и	разных положений,	развития	_	решения,
	-	•	развития гибкости;	нность, трудолюбие и	•
34	сидя на полу,	«мост», «полу шпагат»;			договариваются
	упражнениях	разучивают и	развивать	упорство в	о распределении
	«мост», «полу	выполняют эстафету	прыгучесть	достижении	функций и ролей
	шпагат».		посредством	поставленных	в совместной
	Развитие		игры; соблюдать	целей	деятельности
	прыгучести в		правила		
	эстафете		взаимодействия с		
	«Веревочка		игроками		
	под ногами»				
	Vouc				
	Комбинирован				
	ный				
			l	I	

			T • •		
	Объяснение	Знакомятся с	Учатся выполнять	Понимают	Используют
	значения	правилами	: строевые	значение знаний	общие приемы
	правил	безопасности в играх;	упражнения без	для человека и	решения
	безопасности в	выполняют ходьбу и	ошибок; серию	принимают его,	поставленных
	подвижных	бег с заданиями,	упражнений	стремятся	задач,
	играх.	упражнения стоя на	акробатики;	хорошо учиться;	определяют и
	Совершенство	коленях на	отвечают какие	раскрывают	кратко
	вание	гимнастическом мате,	действия в игре	внутреннюю	характеризуют
	строевых	выполняют строевые	чаще всего	позицию	значение игр в
	упражнений.	упражнения на оценку;	приводят к	школьника	развитии
	Развитие	повторяют	травмам? Учатся		ребенка;
35	координации	акробатические	соблюдать		планируют свои
	движений, лов-	упражнения: «стой-ка	правила		действия в
	кости,	на лопатках», «мост»,	безопасного		соответствии с
	внимания в	«полу шпагат»;	поведения в игре,		задачей и
	упражнениях	повторяют правила и	контролировать		условиями ее
	акробатики.	играют в игру «Хитрая	свои действия и		реализации,
	Игра «Хитрая	лиса»	наблюю-дать за		формулируют
	лиса»		действиями		собственное
			других игроков.		мнение,
	Комбинирован		других игроков.		используют речь
	ный				для регуляции
					своего действия
					своего действия
	Объяснение	Выполняют ходьбу и	Учатся	Проявляют	Используют
	значения	бег с заданиями,	самостоятельно	дисциплинирова	общие приемы
	закаливания	упражнения стоя на	подбирать методы	нность,	решения
	для	коленях на	и приемы	трудолюбие и	поставленных
	укрепления	гимнастическом мате,	закаливания;	упорство в	задач;
	здоровья и	повторяют	выполнять	достижении	принимают и
	способы	акробатические	упражнения со	поставленных	сохраняют
	закаливания.	упражнения: наклон	страховкой	целей	учебную за-дачу
	Обучение	вперед сидя на полу,	партнера;		при выполнении
	правилам	«мост» и «полу	развивают		упражнений и
36	страховки.	шпагат», выполняют	координацию и		игре; принимают
	Совершенство	перекат назад в	ловкость при		инструкцию
	вание пере-	группировке и	выполнении		педагога и четко
	ката назад в	разучивают технику	кувырка назад		следуют ей;
	группировке и	выполнения кувырка			осуществляют
	кувырка назад.	назад, выполняют			итоговый и
	Игра «Хитрая	кувырок назад, играют			пошаговый
	лиса»	в игру «Хитрая лиса»			контроль;
		1			договариваются
	Комбинирован				и приходят к
	ный				общему
	Doopumyo	Di monugram vary 6	Vиотов	Onugumumumamam	решению в
	Развитие	Выполняют ходьбу и	Учатся	Ориентируются	совместной
37	равновесия и	бег с заданиями,	технически	на	
31					Пеятельности.
	координации движений в	упражнения лежа на животе на	грамотно выполнять	доброжелательн ое общение и	деятельности; ориентируются

	упражнениях на узкой рейке гимнастическо й скамейки;	гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической	упражнения в равновесии; находить отличительные	взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинирова	на позицию партнера в общении и взаимодействии
	закрепление техники кувырка назад. Игра «Кот и мышь»	скамейки разными способами; повторяют кувырок назад; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»	особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять	нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	
	Комбинирован ный				
38	Совершенство вание упражнений на узкой рейке гимнастическо й скамейки; кувырка назад. Игра «Ноги на весу» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами; повторяют кувырок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с постав-ленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности
39	Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гимнастическо й стенке. Разучивание	Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют способы лазанья и перелезания	Закрепляют навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке, контролировать	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицирую	Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач,

	VIII DOMANI ON THE	по гимнастической	OCCUPANT AMORGO	т себя с	DITIONALIZA
	упражнений		осанку; учатся		выполняют
	ДЛЯ 1	стенке, упражнения на	распределять	позицией	действия в
	формирования	формирование	силы во время	школьника	соответствии с
	правильной	правильной осанки,	лазанья и		поставленной
	осанки. Игра	выполняют лазанье и	перелезания;		задачей и
	«Жмурки»	перелезание,	выполнять		условиями ее
	Комбинирован	упражнения для осанки,	упражнения по		реализации,
	ный	повторяют правила и	профилактике		используют
	пош	играют в игру	нарушения осанки		установленные
		«Жмурки»			правила в
					контроле
					способа
					решения,
					обращаются за
					помощью,
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
					деятельности
	Совершенство	Выполняют ходьбу и	Развивают	Проявляют	Используют
	вание навыков	бег, упражнения сидя	ловкость, силу и	дисцип-	общие прие-мы
	перемещения	на мате, выполняют	координацию в	линированность,	решения
	ПО	лазанье и перелезание	лазанье и	трудолюбие и	поставленных
	гимнастическо	по гимнастической	перелезании по	упорство в	задач;
	й стенке.	стенке разными	гимнастической	достижении	планируют свои
	Развитие	способами; повторяют	стенке;	поставленных	действия в
	координацион	технику и выполняют	совершенствуют	целей; умеют	соответствии с
40	ных	кувырки вперед и	навыки	управлять	задачей и
40	способностей в	назад, повторяют	выполнения	эмоциями при	условиями ее
	кувырках	правила и играют в	кувырков вперед	общении со	реализации;
	вперед и назад	игру «Волк во рву»	и назад;	сверстниками и	используют речь
	. Игра «Волк	mpy (Besik be pby)	соблюдают	взрослыми	для регуляции
	-			вэрослыми	своего действия
	во рву»		правила		своего деиствия
	Повторение		поведения и		
	пройденного		предупреждения		
	материала		травматизма		
	-	7			
	Разучивание	Разучивают и	Закрепляют	Проявляют	Самостоятельно
	упражнений	выполняют:	технику вращения	положи-тельные	формулируют
	разминки с	упражнения с обручем,	обруча,	качества	проблемы;
	обручами.	повторяют вращение	повторяют	личности и	ориентируются в
41	Совершенство	обруча на разных	прикладные	управляют	разнообразии
	вание навыков	частях тела, ползанье	упражнение	своими	способов
	вращения	«по-пластунски»;	гимнастики	эмоциями в	решения задач;
	обруча.	повторяют правила и	ползанье «по-	различных	выполняют
	Развитие	играют в игру	пластунски» и его	нестандартных	действия в
	ловкости в		применение в	· · · 1	соответствии с
			P		- CCIDOIDIDIII C

	W0.W0.	<i>μ</i> Γορπον <i>α</i>	Do ovvyc V	0.XXIII.X.0.XXXX	жа ажа жа
	ползанье «по-	«Бездомный заяц»	военной	ситуациях	поставлен-ной
	пластунски».		деятельности,		задачей и
	Игра		учатся		условиями ее
	«Бездомный		взаимодействоват		реализации;
	заяц»		ь со сверстниками		используют
	Vanhuunaan		при проведении		установленные
	Комбинирован		игры		правила в
	ный				контроле
					способа
					решения;
					обращаются за
					помощью;
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
	Совершенство	Повторяют упражнения	Развивают	Проявляют	Ориентируются
	вание навыков	разминки с обручем,	ловкость и	положи-тельные	в разнообразии
	перелезания	повторяют как	смелость	качества	способов
	через	правильно выполняется	выполняя лазанье	личности и	решения задач;
	препятствие и	перелезание через	ПО	управляют	планируют свои
	ползанья «по-	препятствие и	гимнастической	своими	действия в
	пластунски».П	выполняют, повторяют	стенке, ловкость и	эмоциями в	соответствии с
	овторение	ползанье «по-	координацию	различных	поставленной
	кувырка в	пластунски» и	движений при	нестандартных	задачей и
	сторону. Игра	выполняют ползанье и	перелезание через	ситуациях	условиями ее
	«Бездомный	перелезание на оценку;	препятствие,		реализации;
4.0	заяц»	повторяют кувырок в	учатся соблюдать		адекватно
42		сторону, правила и	правила игры,		воспринимают
	Комбинирован	играют в игру	соблюдать		оценку учителя;
	ный	«Бездомный заяц»	правила без-		формулируют
			опасности		собственное
			выполняя лазанье		мнение и
			и перелезание		позицию;
			через		договариваются
			гимнастические		и приходят к
			снаряды		общему
					решению в
					совместной
					деятельности
					долгольности
	Совершенство	Выполняют ходьбу и	Развивают	Ориентируются	Самостоятельно
	вание	бег, упражнения лежа	двигательные	на активное	выделяют и
	упражнений	на животе на	качества:	общение и	формулируют
43	гимнастики:	гимнастическом мате,	быстроту,	взаимодействие	цели и способы
	«лодочка»,	выполняют упражнения	выносливость во	co	их
	«корзиночка»,	«лодочка»,	время	сверстниками;	осуществления;
	«кольцо»;	«корзиночка»,	преодоления	проявляют	формулируют
	лкольцо»,	wroponiio iku//,	преодоления	прольшиот	Topmympyioi

				<u> </u>	
	кувырок в	«кольцо»; кувырок в	полосы	дисциплинирова	учебные задачи
	сторону.	сторону на оценку;	препятствий,	нность,	вместе с
	Развитие	упражнения полосы	учатся	трудолюбие и	учителем, вносят
	выносливости	препятствий;	самостоятельно	упорство в	изменения в
	в упражнениях	повторяют правила и	контролировать	достижении	план действия;
	полосы	играют в игру «Салки-	качество	постав-ленных	формулируют
	препятствий.	выручалки»	выполнения	целей	собственное
	Игра «Салки-		упражнений		мнение и
	выручалки»		гимнастики;		позицию;
	x a		развивают		используют речь
	Комбинирован		гибкость спины		для регуляции
	ный				своего действия
	Развитие	Выполняю	Закрепляют навык	Проявляют	Используют
	внимания,	т ходьбу и	самостоятельного	дисциплинирова	общие приемы
	мышления,	бег,	выполнения серии	нность,	решения
	двигательных	упражнени	упражнений	трудолюбие и	поставленных
	качеств	я лежа на	акробатики;	упорство в	задач;
	посредством	животе на	учатся технически	достижении	принимают и
	серии	гимнастич	правильно	поставленных	сохраняют
44	акробатически	еском	выполнять	целей; умеют	учебную задачу
**	х упражнений.	мате,	гимнастическую	управлять	при выполнении
	Разучивание	повторяют	комбинацию на	своими	упражнений и в
	гимнастическо	акробатич	среднем уровне; в	эмоциями в	игре; принимают
	й комбинации.	еские	доступной форме	различных	инструкцию
	и комоинации. Игра «Салки с	упражнени	объяснять	нестандартных	педагога и четко
	домом»	я:	технику	ситуациях	следуют ей;
	домом//	л. «ласточка	выполнения	Ситуациях	осуществляют
	Комбинирован	», кувырок	комбинации,		итого-вый и
	ный	вперед,	находить ошибки		пошаговый
	70	стойка на	и их исправлять		контроль;
	Развитие	лопатках,	и их исправлить		договариваются
	двигательных				и приходят к
	качеств	«MOCT»,			и приходят к общему
	посредством	кувырок			решению в
	акробатически	назад,			совместной
	х упражнений.	«полу-			
	Закрепление	шпагат»,			деятельности,
	гимнастическо	соединяют			ориентируются
4-	й комбинации.	их в			на позицию
45	Игра «Салки с	комбинаци			партнера в общении и
	домом»	и он очениолиян			взаимодействии
	Комбинирован	т,			Бэйниоденетвии
	ный	повторяют			
		-			
		правила и			
		играют в			
		игру «Салки с			
		домом»			

	~				
	Совершенство вание безопасного выполнения акробатически х упражнений. Развитие ловкости и	Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют гимнастическую	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество		
46	координации при выполнении гимнастическо й комбинации. Игра «Салки с мячом» Комбинирован ный	комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	упражнений		
47	Совершенство вание разученных ранее ОРУ с предметом. Объяснение и разучивание игровых действий эстафет с предметами. Игра «Ловишки с хвостиком» Комбинирован ный	Выполняют ОРУ с веревочкой; разучивают и выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру с веревочкой «Ловишки с хвостиком»	Учатся проводить разминку с предметом; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания
48	Разучивание эстафет с акробатически ми и прикладными гимнастически ми упражнениями. Развитие координацион ных способностей в эстафетах. Игра «Салки-	Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, разучивают и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползаньем «по-пластунски», лазаньем по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие; повторяют правила и играют в игру «Салкиноги от земли»	Учатся выполнять командные действия в эстафете, совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействоват ь со сверстниками при проведении соревнований	нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии

	ноги от земли»				
	Комбинирован				
	ный				
Резу	льтаты 2 четвер	ги: из 48 плановых часа і	проведено		
	Объяснение	Повторяют правила безопасного поведения	Учатся соблюдать	Ориентируются на принятие и	Выделяют и формулируют
	правил безопасного	на уроках лыжной под-	правила поведения и	освоение	познавательные
	поведения на	готовки: подготовка	предупреждения	социальной роли	цели с помощью
	уроках	лыж, переноска до	травматизма на	обучающегося,	учителя;
	лыжной	лыж-ни, поведение на	лыжах; выполнять	развитие	используют
	подготовки.	лыжне; организованно	ко-манды с	мотивов учеб-	общие приемы
	Ходьба на	выходят с лыжами из	лыжами в руках, в	ной	решения
	лыжах.	помещения, учатся	переноске лыж,	деятельности и	поставленных
		правильно укладывать	надевании лыж;	формирование	задач;
	Разучивание	лыжи на снег и их	технически	личностного	планируют свои
	игры «По	пристегивать;	правильно	смысла учения	действия в
	местам»	выполняют движения	выполнять		соответствии с
49	Изучение	на лыжах по кругу;	движение на		поставленной
	нового	разучивают правила и	лыжах.		задачей и
	материала	играют в игру «По			условиями ее
		местам»; отстегивают			реализации;
		лыжи, очищают от			принимают
		снега, возвращаются в			инструкцию
		школу			педагога и четко
					следуют ей; используют речь
					для регуляции
					своего действия
	0.5	T.	П	H	
	Объяснение	Беседуют о значении	Планируют	Проявляют	Определяют и
	значения	занятий лыжами для	лыжные прогулки	дисциплинирова	кратко
	занятий на	здоровья; получают	в режиме дня для	нность, трудолюбие и	характеризуют физическую
	лыжах для укрепления	лыжи и организованно выходят на лыжню	укрепления здоровья;	упорство в	культуру как
	здоровья.	строятся в шеренгу с	совершенствуют	достижении	занятия
	Закрепление	лыжами, укладывают	технику	поставленных	физическими
	навыков	их на снег (правая,	ступающего и	целей	упражнениями
50	ходьбы на	левая), пристегивают;	скользящего шага	,	включая
50	лыжах	повторяют технику	без палок.		лыжную
	разными	ступающего и			подготовку;
	способами.	скользящего шагов на			самостоятельно
	Разучивание	лыжах и выполняют			выделяют и
	игры	движение ступающим и			формулируют
	«Перестрелка»	скользящим шагами по			познавательные
	Комбинирован	лыжне; разучивают			цели;
	<i>ный</i>	пра-вила и играют в			используют
		игру «Перестрелка»;			общие приемы

		отсте-гивают лыжи,			решения
		очищают от снега,			поставленных
		возвращаются в школу			задач;
		Bespundie ien B miterry			планируют свои
					действия в
					соответствии с
					поставленной
					задачей и
					, ,
					условиями ее
					реализации;
					оценивают
					правильность
					выполнения
					действия;
					договариваются
					и приходят к
					общему
					решению в сов-
					местной
					деятельности
	Развитие	Получают лыжи и	Закрепляют	Оказывают	Ставят и
	координацион	организованно выходят	поворот	беско-рыстную	формулируют
	ных,	на лыжню строятся в	переступанием на	помощь своим	проблемы;
	скоростных и	шеренгу с лыжами,	месте, выполняют	сверстникам,	ориентируются в
	силовых	укладывают их на снег	повороты вправо	умеют находить	разнообразии
	способностей	(правая, левая),	и влево; учатся	с ними общий	способов
	во время	пристегивают;	как выполнять	язык и общие	решения задач;
	прохождении	повторяют технику	обгон на	интересы	выполняют
	дистанции на	поворота	дистанции;	ППТСРССЫ	действия в
	лыжах.	переступанием на месте	передвигаться на		соответствии с
	Совершенство	вокруг носков и пяток	лыжах соблюдая		постав-ленной
	вание		правила		задачей и
	поворотов на	лыж и выполняют	правила безопасности		условиями ее
	месте	поворот на месте; двигаются ступающим	OCSOHACHOCIN		реализации;
51		•			-
	переступанием	и скользящим шагом по			используют
	вокруг нос-ков	лыжне; отстегивают			установленные
	и пяток лыж.	лыжи, очищают от			правила в
	Комбинирован	снега, возвращаются в			контроле
	ный	школу			способа
					решения;
					ориентируются
					на позицию
					партнера в
					общении и
					взаимодействии
					договариваются
					и приходят к
					общему

					nomonino p
					решению в
					совместной
					деятельности
	Совершенство	Получают лыжи и	Учатся	Проявляют	Самостоятельно
	вание умения	организованно выходят	передвигаться	дисциплинирова	выделяют и
	передвигаться	на лыжню строятся в	свободным	нность,	формулируют
	скользящим	шеренгу с лыжами,	скользящим	трудолюбие и	познавательные
	шагом по	укладывают их на снег	шагом; развивают	упорство в	цели; вносят
	дистанции до	(правая, левая),	выносливость,	достижении	необходимые
	1000м.	пристегивают;	закрепляют	поставленных	коррективы в
	Разучивание	повторяют технику	умение	целей	действия после
	игры	скользящего шага и	распределять		его завершения
52	«Охотники и	выполняют движение	силы на		на основе его
	олени»	скользящим шагом по	дистанции		оценки и учета
	1 C E	дистанции до 1000м;			характера
	Комбинирован	разучивают правила и			сделанных
	ный	играют в игру			ошибок;
		«Охотники и олени»;			договариваются
		отстегивают лыжи,			и при-ходят к
		очищают от снега,			общему
		возвращаются в школу			решению в
					совместной
					деятельности
	Обучение	Получают лыжи и	Учатся выполнять	Проявляют	Ставят и
	подъему на	организованно выходят	подъем	дисциплинирова	формулируют
	лыжах	на лыжню строятся в	изученными	нность,	проблемы;
	различными	шеренгу с лыжами,	способами, спуск	трудолюбие и	ориентируются в
	способами,	укладывают их на снег	в основной	упорство в	разнообразии
	спуску в	(правая, левая),	стойке; развивают	достижении	способов
	основной	пристегивают;	координационные	поставленных	решения задач,
	стойке и	разучивают способы и	способности при	целей; умеют	выполняют
	торможению	технику подъема на	спуске; учатся	управлять	действия в
53	палками.	возвышение:	скользить на	эмоциями при	соответствии с
	Совершенство	«лесенкой», «елочкой»	лыжах	общении со	постав-ленной
	вание	, технику спуска в		сверстниками и	задачей и
	скользящего	основной стойке,		взрослыми	условиями ее
	шага.	выполняют подъем и			реализации;
	Комбинирован	спуск; выполняют			используют
	ный	движение скользящим шагом по дистанции;			установленные правила в
		отстегивают лыжи,			правила в контроле
		очищают от снега,			способа
		возвращаются в школу			решения; задают
					вопросы,
	Совершенство	Получают лыжи и	Учатся		обращаются за
54	вание навыка	организованно выходят	технически		помощью;
	подъема на	на лыжню строятся в	правильно		договариваются
	небольшое	шеренгу с лыжами,	выполнять подъем		о распределении
<u></u>					1 F-7

	возвышение и	укладывают их на снег	и спуск на лыжах;		функций и ролей
	спуска в	(правая, левая),	корректировать		в совместной
	основной	пристегивают;	технику движения		деятельности
	стойке. Игр «	повторяют технику	на лыжах;		
	Кто дольше	подъема «лесенкой» и	двигаться		
	прокатится на	«елочкой», спуска в	скользящим		
	лыжах».	основной стойке,	шагом со средней		
	Развитие	выполняют подъем и	скоростью.		
	скоростно-	спуск в игре «Кто	скоростыо.		
	силовых	дольше прокатится на			
	способностей	лыжах»; выполняют			
	при движении	движение по лыжне			
	-				
	скользящим	скользящим шагом;			
	шагом.	отстегивают лыжи,			
	Комбинирован	очищают от снега,			
	ный	возвращаются в школу			
		_			
	Освоение	Получают лыжи и	Учатся	Понимают	Самостоятельно
	техники	организованно выходят	технически	значение знаний	выделяют и
	лыжных ходов.	на лыжню строятся в	правильно	и умений для	формулируют
	Обучение	шеренгу с лыжами,	выполнять	человека;	цели и способы
	попе-	укладывают их на снег	попеременный	стремятся	ИХ
	ременному	(правая, левая),	двушажный ход;	хорошо учиться;	осуществления;
	двушажному	пристегивают;	развивать	раскрывают	принимают и
	ходу без палок	знакомятся какие	ловкость,	внутреннюю	сохраняют
55	и с палками.	бывают лыжные ходы,	скорость и	позицию	учебную задачу
	Измичи	разучивают технику	выносливость при	школьника; про-	при выполнении
	Изучение	попеременного	беге на лыжах;	являют	задания;
	нового	двушажного хода и	держать интервал	дисциплинирова	принимают
	материала	выполняют движение	при	нность,	инструкцию
		по лыжне разученным	передвижении на	трудолюбие и	педагога и четко
		ходом; отстегивают	лыжах	упорство в	следуют ей;
		лыжи, очищают от		достижении	осуществляют
		снега, возвращаются в		постав-ленных	итоговый и
		школу		целей	пошаговый
		П			контроль;
	Совершенство	Получают лыжи и			договариваются
	вание навыков	организованно выходят			и приходят к
	передвижения	на лыжню строятся в			общему
	попеременным	шеренгу с лыжами,			решению в
	двушажным	укладывают их на снег			совместной
=	ходом	(правая, левая),			деятельности,
56	Поотопания	пристегивают;			ориентируются
	Повторение	повторяют технику			на позицию
	пройденного	попеременного			партнера в
	материала	двушажного хода и			общении и
		выполняют; его на			взаимодействии
		лыжне; отстегивают			
		лыжи, очищают от			

		снега, возвращаются в			
		школу			
57	Обучение поворотам приставными шагами. Совершенство вание подъема и спуска в основной стойке, торможения падением. Комбинирован ный	_	Учатся выполнять повороты на лыжах изученными способами; применять торможение падением на горке и на дистанции; избегать столкновения при спуске с горки	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с постав-ленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности
58	Совершенство вание поворотов на месте и в движении переступанием и приставным шагом. Обучение падению на бок на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь» Комбинирован	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают падение на бок на месте и в движении; повторяют поворот приставным шагом и переступанием на месте и в движении, выполняют; повторяют подъем и спуск с возвышения применяя падение на бок; отстегивают лыжи,	Учатся выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами; применять падение на бок на дистанции и в движении под уклон		

	ный	очищают от снега,			
		возвращаются в школу			
59	Совершенство вание умения пере-движения попеременным двушажным ходом по дистанции до 1000 м. Игра «Охотники и олени Повторение пройденного материала	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику попеременного двушажного хода и выполняют передвижение по дистанции до 1000м.; играют в игру «Охотники и олени»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся координировать работу рук и ног при передвижении попеременным двушажным ходом; распределять силы на больших дистанциях	Ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают
60	Разучивание торможение лыжами «плугом» развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции до 1500м. в медленном темпе Комбинирован ный	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают торможение лыжами «плугом»; выполняют передвижение по дистанции до 1500м. в медленном темпе, применяя торможение «плугом»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять торможение «плугом» в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов
	Повторение передвижение на лыжах «змейкой»; подъема ступающим шагом.	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают;	Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в
	Прохождение	повторяют и	разученными	различных	действия после

61	пистации по	выполняют примение	способами с	нестанла п тилу	ero sabenilienna
61	дистанции до 1500м. Комбинирован ный Совершенство вание попеременного двушажного	выполняют движение на лыжах «змейкой»; подъем в горку ступающим шагом прямо и косо; передвижение по дистанции до 1500м. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу	учатся передвигаться по дистанции разученными	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и	его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
62	хода, поворотов, подъемов, спус-ков, торможение. Прохождение дистанции до 1500м. в среднем темпе Повторение пройденного материала	строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 1500м. в среднем темпе, применяя ранее изученные хода, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу.	разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростносиловые качества.	трудолююие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	
63	Развитие скоростно- силовых качеств во время прохождения на лыжах 1000м в быстром темпе без учета времени Повторение пройденного материала	Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1000м в быстром темпе без учета времени; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передвигать на лыжах в быстром темпе; выполнять разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и
64	Развитие	Получают лыжи и	Закрепляют	Оказывают	пошаговый

	внимания,	палки, организованно	навыки лыжной	бескорыстную	контроль;
	двигательных	выходят на лыжню,	подготовки;	помощь своим	договариваются
	качеств	строятся в шеренгу	учатся	сверстникам,	и приходят к
	посредством	укладывают лыжи на	организовывать и	находят с ними	общему
	подвижных	снег (правая, левая),	проводить игры	общий язык и	решению в
	игр на лыжах и	пристегивают;	со сверстниками;	общие интересы	совместной
	без лыж.	проходят по лыжне в	оказывать	оощие интересы	деятельности,
	Разучивание	разминочном темпе;	посильную		ориентируются
	игры «На	играют на лыжах в игру	помощь и		на позицию
	буксире»	«На буксире» и другие	поддержку		партнера в
	букепре//	игры на лыжах и без	сверстникам при		общении и
	Комбинирова	лыж; возвращаются в	выполнении		взаимодействии
	нный	-	учебной задачи,		взаимоденствии
		школу	•		
			доброжелательно		
			объяснять ошибки		
			и способы их		
			устранения		
	Ознакомление	Знакомятся с	Повторяют	Ориентируются	Выделяют и
	с правилами	правилами поведения	правила ТБ с	на принятие и	формулируют
	безопасности	на уроках при обучении	мячом; учатся	освоение	познавательные
	при	элементов спортивных	выполнять броски	социальной роли	цели с помощью
	разучивании	игр; выполняют	и ловлю большого	обучающегося,	учителя;
	элементов	упражнения с большим	мяча разными	развитие	определяют, где
	спортивных	мячом; повторяют	способами;	мотивов учебной	применяются
	игр.	броски и ловлю мяча	развивают	деятельности и	действия с
	Разучивание	разными способами;	выносливость,	формирование	мячом;
65	ОРУ с	повторяют правила и	быстроту при	личностного	используют
	большим	играют в игру	проведении игры	смысла учения	общие приемы
	мячом.	«Вышибалы»	проведении игры	смысла у тепии	решения
	Повторение	«Бышибалы"			поставленных
	броска и ловли				задач;
	мяча. Игра				планируют свои
	мяча. Игра «Вышибалы»				действия в
	«Вышиоалы»				соответствии с
	Комбинирован				
	ный				поставленной задачей и
		_			задачеи и условиями ее
	Совершенство	Выполняют	Учатся	Оказывают	реализации;
	вание	упражнения с большим	взаимодействоват	посильную	реализации, принимают
	упражнений с	мячом; разучивают	ь с партнером во	помощь и	-
	большим	способы передачи мяча	время броска и	моральную	инструкцию
	мячом.	в парах: снизу, сверху,	правильной ловли	поддержку	педагога и четко следуют ей;
66	Обучение	от груди, от плеча,	мяча; выполнять	сверстникам при	
	передачам и	сбоку; выполняют	передачи разными	выполнении	используют речь
	ловле мяча в	передачи и ловлю мяча	способами;	учеб-ной задачи,	для регуляции
	парах. Игра	в парах; повторяют	организовывать и	объясняют	своего действия
	«Охотники и	правила и играют в	проводить игры,	ошибки и	
	утки»	игру «Охотник и утки»	соблюдая правила	способы их	

	Комбинирован			устранения	
	ный				
67	Разучивание упражнений с мал. мячами. Обучение различным способам бросков и ловли мал. мяча. Разучивание игры «Мяч соседу» Изучение нового материала	Выполняют ОРУ с мал. мячом; разучивают способы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол; разучивают правила и играют в игру «Мяч соседу»	Знакомятся как правильно выполнять броски и ловлю малого мяча; учатся выполнять упражнения с мал. мячами; правильной технике броска и ловли малого мяча одной и двумя руками	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяя-ют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее
68	Закрепление упражнений с мал. мячом. Совершенство вание навыков бросков и ловли мал. мяча. Разучивание бросков мяча одной рукой в цель. Разучивание игры «Мяч среднему» Комбинирован ный	Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча разными способами од-ной и двумя руками; разучивают и выполняют броски одной рукой в цель; разучивают правила и играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технически правильно бросать и ловить мал. мяч од-ной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия
69	Обучение упражнениям с большим мячом у стены. Повторение ведение мяча на месте. Игра «Собачка» Комбинирован ный	Повторяют ОРУ с большим мячом; ведение мяча на месте; разучивают способы выполнения бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	Развивают глазомер и контролируют силу броска при выполнении броска и лов-ли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении двигательных	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются

			действий разными учениками	целей	и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов
70	Совершенство вание ведение мяча на месте и в движении по прямой. Игра «Мяч из круга» Зачет	Выполняют ОРУ; повторяют технику ведения мяча на месте и в движении, выполняют ведение на месте и в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выполняют ведение на месте на оценку; повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательн ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее
71	Совершенство вание ведение мяча в движении по прямой и «змей-кой». Игра «Ловиш-ки с мячом» Зачет	Выполняют ОРУ; повторяют ведение в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змей- кой»; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с мячом»			реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия
72	Совершенство вание техники бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху». Разучивание игры «Бросок мяча в	Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способа-ми «снизу» и «сверху», выполняют броски; разучивают правила и играют в игру «Бросок мяча в колонне»	Закрепляют навыки выполнения бросков мяча в кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска; взаимодействоват	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при	Самостоятельно выделяя-ют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его

73	колонне» Комбинирован ный Совершенство вание бросков в кольцо разными способами; передач мяча в парах. Игра «Мяч по кругу» Повторение пройденного материала	Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху», выполняют броски одной и двумя руками; передачи мяча в парах разными способами; повторяют правила и играют в игру «Мяч по кругу»	ь со сверстниками по правилам проведения игры	общении со сверстниками и взрослыми	оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
74	Совершенство вание баскетбольных упражнениях с мячом в парах. Игра «Гонка мячей в колонне» Зачет	Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах на месте и выполняют на оценку; выполняют передачу мяча после ведения в паре; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять передачу мяча в парах на месте контролируя технику выполнения; развивают глазомер выполняя передачу после ведения	Понимают значение знаний и умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие прие-мы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
75	Совершенство вание ведение мяча с передвижение м приставными шагами, бросок в кольцо. Игра	Выполняют ОРУ; выполняют ведение мяча в движении приставным шагом прямо и боком (правым, левым); бросок в кольцо после ведения; повторяют правила и играют в	Развивают ловкость и координацию при выполнении ведения мяча в движении приставными шага-ми; учатся выполнять	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в

	«Вышибалы»	игру «Вышибалы»	остановку		соответствии с
	«Вышибалы»	пгру «Вышибалы»	прыжком		постав-ленной
	Повторение		прыжком		задачей и
	пройденного				условиями ее
	материала				реализации; ис-
	_				-
					пользуют
					установленные
					правила в
					контроле
					способа
					решения;
					договариваются
					с партнером о
					распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
	Повторение	Выполняют ОРУ без	Учатся	Проявляют	Используют
	бросков	предмета; знакомятся с	технически	дисциплинирова	общие приемы
	набивного	набивным мячом, какие	правильно	нность,	решения
	мяча разными	бывают способы	выполнять бросок	трудолюбие и	поставленных
	способами.	бросков набивного	набивного мяча;	упорство в	задач;
	Разучивание	мяча, повторяют	взаимодействоват	достижении	принимают и
	игры «Стоп»	правильную технику	ь со сверстниками	поставленных	сохраняют
	тры «стоп»	броска набивного мяча	по правилам в	целей;	учебную зада-чу
76	Комбинирован	из-за головы,	играх с мячом;	оказывают	при выполнении
	ный	выполняют броски в	развивают силу	посильную	задания и
		парах; разучивают	рук и глазомер	помощь своим	участии в игре;
		правила и играют в	при выполнении	сверстникам,	принимают
		игру «Стоп»	бросков	умеют находить	инструкцию
			набивного мяча	с ними общий	педагога и четко
				язык и общие	следуют ей;
				интересы	осуществляют
				-	итого-вый и
	Совершенство	Выполняют ОРУ без	Учатся	Проявляют	пошаговый
	вание бросков	предмета; повторяют	контролировать	дисциплинирова	контроль;
	набивного	броски набивного мяча	силу и точность	нность,	договариваются
	мяча разными	разными способами:	броска; находить	трудолюбие и	и приходят к
	способами.	снизу, от груди, от	отличительные	упорство в	общему
	Контроль за	плеча, из-за головы,	особенности в	достижении	решению в
77	развитием	выполняют броски в	выполнении	поставленных	совместной
' '	двигательных	парах; выполняют	бросков разными	целей	деятельности,
	качеств:	броски из-за головы на	учениками;		ориентируются
	броски	оценку; повторяют	контролировать		на позицию
	набивного	правила и играют в	технику своего		партнера во
	мяча из-за	игру «Горячая	выполнения и		взаимодействии
	головы. Игра	картошка»	другими		
	«Горячая		учениками		

	картошка»				
	картошка//				
	Комбинирован				
	ный				
	Совершенство	Выполняют сами ранее	Учатся	Проявляют	Самостоятельно
	вание	разученные	самостоятельно	дисциплинирова	выделяют и
	разученных	общеразвивающие	организовывать и	нность,	формулируют
	ранее ОРУ.	упражнения;	проводить	трудолюбие и	познавательные
	Объяснение и	разучивают и	разминку;	упорство в	цели;
	разучивание	выполняют эстафеты с	использовать	достижении	используют
	игровых	МОРЯМ	полученные	поставленных	общие приемы
	действий		навыки в	целей, умеют	решения
	эстафет с		процессе	управлять	поставленных
	МОРКМ		обучения;	эмоциями при	задач;
	«Веселые		закрепляют	общении со	планируют свои
78	старты»		умения и навыки	сверстниками и	действия в
	Комбинирован		правильного	взрослыми	соответствии с
	ный		выполнения заданий с мячом;		поставленной задачей и
			выполняют		условиями ее
			командные		реализации;
			действия в		договариваются
			эстафетах для		и приходят к
			закрепления		общему
			учебного		решению в
			материала		совместной
			-		деятельности
	T TT	П	**	D	
	Повторение ТБ	Повторяют правила	Учатся выполнять	Раскрывают	Ориентируются
	с мячом. Обучение	поведения на уроках с мячом; выполняют	броски и ловлю волейбольного	внутреннюю позицию	в разнообразии способов
	передаче	общеразвивающие	мяча двумя	школьника;	решения задач;
	волей-	упражнения с бол.	руками над	проявляют	планируют свои
	больного мяча	мячом; знакомятся	головой в парах и	дисциплинирова	действия в
	в парах,	какие бывают игры с	через сетку;	нность,	соответствии с
	броскам и	мячом через сетку;	развивают силу и	трудолюбие и	поставленной
	ловле мяча	разучивают передачи	высоту броска;	упорство в	задачей и
79	через сетку.	волейбольного мяча в	учатся играть	достижении	условиями ее
	Игра	парах и правильную	соблюдая правила	постав-ленных	реализации;
	«Перекинь	технику бросков и	игры и	целей	формулируют
	мяч»	ловли мяча через сетку;	контролировать		собственное
	Изучение	игра-ют в игру	свои действия и		мнение и
	изучение нового	«Перекинь мяч»	действия		позицию;
	нового материала		соперника		договариваются
	mumepuwu				и приходят к
					общему
					решению в
					совместной

					деятельности
80	Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу. Разучивание игры «Выстрел в небо» Изучение нового материала	Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от плеча, выполняют броски и ловлю мяча через сетку разными способами; разучивают правила и играют в игру «Выстрел в небо»	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами; правильно ставить руки при бросках и ловле мяча; развивают силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контролируя свои действия и действия соперника	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную зада-чу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итого-вый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии
81	Обучение подаче мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Разучивание игры «Пионербол» Изучение нового материала	Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; разучивают правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; про-являют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют речь

					ния ротупач
					для регуляции
					своего действия
	Совершенство	Выполняют ОРУ без	Учатся ловить	Ориентируются	Ставят и
	вание ловли	предмета; повторяют	высоко летящий	на	формулируют
	высоко	броски ловлю мяча	мяч;	доброжелательн	проблемы;
	летящего мяча.	через сетку разными	взаимодействоват	oe	ориентируются в
	Взаимодействи	способами; выполняют	ь с игроками в	взаимодействие	разнообразии
	е в команде.	броски и ловлю высоко	команде;	co	способов
	Игра	летящего мяча;	оценивать и	сверстниками;	решения задач;
	«Пионербол»	повторяют правила и	контролировать	про-являют	выполняют
	(Carrotte)	играют в игру	игровую	дисциплинирова	действия в
	Комбинирова	«Пионербол»	ситуацию	нность,	соответствии с
	нный	(Almonoposis)	оптушдине	трудолюбие и	поставленной
				упорство в	задачей и
82				достижении	условиями ее
				поставленных	реализации;
				целей	используют
					установленные
					правила в
					контроле
					способа
					решения;
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
	Совершенство	Выполняют ОРУ с	Закрепляют навык	Ориентируются	Используют
	вание подачи,	хлопками; повторяют	выполнения	на активное	общие приемы
	передачи,	подачи, передачи,	подачи, передачи,	взаимодействие	решения
	бросков и	броски разными	броска и ловли	со	поставленных
	ловли мяча	способами и ловлю	мяча; учатся	сверстниками;	задач;
	через сетку.	мяча через сетку;	грамотно	проявляют	принимают и
	Игра	выполняют на оценку	использовать	дисциплинирова	сохраняют
	«Пионербол»	броски и ловлю мяча	технику броска и	нность,	учебную зада-чу
	Повторение	через сетку; повторяют	ловли мяча во	трудолюбие и	при выполнении
83	пройденного	правила и играют в	время игры;	упорство в	задания и
	материала	игру «Пионербол»	соблюдать	достижении	участии в игре;
	-		правила	поставленных	принимают
			поведения и	целей	инструкцию
			предупреждения		педагога и четко
			травматизма во время занятий		следуют ей;
			время занятии физкультурой		осуществляют итого-вый и
			физкультурой		
					пошаговый
					контроль;
					договариваются
					и приходят к

					opinom
					общему
					решению в
					совместной
					деятельности
	Обучение	Выполняют ОРУ;	Учатся соблюдать	Понимают	Выделяют и
	ведению мяча	знакомятся с ТБ при	правила	значение	формулируют
	внутренней и	обучении элементам	поведения и	физического	цели и способы
	внешней	игры в фут-бол;	предупреждения	развития для	их
	частью стопы	разучивают технику и	травматизма при	человека; имеют	осуществления с
	по прямой	выполняют ведение	изучении	желание учиться	помощью
	линии.	мяча внутренней и	элементов игры в		учителя;
	Контроль за	внешней частью стопы	футбол; навыкам		ориентируются в
	развитием	по прямой линии;	ведения мяча		разнообразии
	двигательных	выполняют приседание	ногами;		способов
	качеств:	за 1 мин на результат;	развивают силу		решения задач;
	приседание.	разучивают правила и	НОГ		выполняют
	Разучивание	игра-ют в игру «Гонка			действия в
	игры «Гонка	мячей»			соответствии с
84	мячей»				постав-ленной
					задачей и
	Комбинирован				условиями ее
	ный				реализации;
					используют
					установленные
					правила в
					контроле
					способа
					решения;
					договариваются
					о распределении
					функций и ролей
					в совместной
					деятельности
	Обучение	Выполняют ОРУ;	Учатся выполнять	Проявляют	Используют
	ведению мяча	повторяют технику	ведение мяча	дисциплинирова	общие приемы
	внутренней и	ведение мяча	ногами	нность,	решения
	внешней	внутренней и внешней	различными	трудолюбие и	поставленных
	частью стопы	частью стопы и	способами;	упорство в	задач;
	по дуге с	выполняют ведение по	контролировать	достижении	принимают и
0.5	остановка-ми	дуге с остановкой по	мяч; соблюдать	поставленных	сохраняют
85	по сигналу и	сигналу и «змейкой» с	правила	целей	учебную зада-чу
	между	обводкой стоек;	взаимодействия с		при выполнении
	стойками с	разучивают правила и	игроками		задания и
	обводкой.	играют в игру «Слалом			участии в игре;
	Разучивание	с мячом»			принимают
	игры «Слалом				инструкцию
	с мячом»				педагога и четко
1				1	следуют ей;

86	Изучение нового материала Обучение умению останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Игра вратаря. Разучивание игры «Футбольный бильярд» Изучение нового материала	Выполняют ОРУ; разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы; знакомятся с игрой вратаря, выполняют пенальти в ворота; разучивают правила и играют в игру «Футбольный бильярд»	Учатся технике ведения и остановки мяча; знакомятся с игрой вратаря, что такое пенальти и за что его назначают; взаимодействоват ь с партнером в игре в футбол	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; про-являют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных целей	осуществляют итого-вый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему
87	Обучение передаче и приему мяча ногами в паре на месте и с продвижением. Разучивание игры в мини футбол по упрощенным правилам. Изучение нового материала	Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют передачи и прием мяча ногами в паре на месте и с продвижением вперед; разучивают правила и играют в мини футбол по упрощенным правилам	Учатся технике передачи и приему мяча в паре; технически правильно выполнять элементы игры в футбол; распределять роли игроков в команде	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; зада-ют вопросы; контролируют действия партнера; договариваются

88	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтяладине из виса лежа. Игра «Пустое место» Комбинирован ный	Повторяют ТБ на уроках легкой атлетики; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на низкой перекладине из положения виса лежа и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Совершенствуют навык технически правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объяснять технику прыжка в длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять; развивают силу рук и выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	и приходят к общему решению в совместной деятельности Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
89	Развитие прыгучести в прыжках в длину с места и с разбега. Игра «Пустое место» Комбинирован ный	Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в дли-ну с разбега, соблюдая правила безопасного приземления; прыжок в длину с места; взаимодействоват ь со сверстниками во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения

					интересов
90	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Обучение прыжкам через низкие барьеры. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на результат; разучивают технику прыжков через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; выполняют эстафету	Учатся выполнять прыжки через низ-кие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
91	Строевые упражнения. Контроль пульса. Развитие координации в упражнениях с гимнастически ми палками. Совершенство вание техники прыжка в длину с разбега. Игрыэстафеты с гимнастически ми палками. Комбинирован ный	Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; на-ходят и подсчитывают пульс; выполняют общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками; повторяют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении упражнений с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Самостоятельно выделяя-ют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
92	Совершенство вание строевых упражнений;	Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения;	Учатся характеризовать физическую на- грузку по	Проявляют положи-тельные качества личности и	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы

	навыков отжимания от пола. Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинирован ный	выполняют ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; повторяют как правильно выполняется отжимание от пола и выполняют его; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон вперед из положения стоя; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; развивают силу рук выполняя отжима-ние от пола, гибкость	управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	их осуществления;; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
93	Совершенство вание навыков выполнения упражнения на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине. Контроль за развитием двигательных качеств: отжимание от пола. Игра «Космонавты» Комбинирован ный	Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине; выполняют отжимание от пола на результат; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Закрепляют отжимание от пола; развивают мышцы пресса, закрепляя навык поднимания туловища из положения лежа на спине; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении игры	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную зада-чу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итого-вый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
94	Совершенство вание бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из	Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат;	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в

	положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые ребята» Комбинирован ный	повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	подвижные игры	ситуациях	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание прыжка в высоту способом «перешагивани е». Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; разучивают способы прыжков со скакалкой, выполняют прыжки; разучивают технику и выполняют прыжок в высоту способом «перешагивание»; повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	Учатся выполнять прыжки со скакал-кой; соблюдать правила безопасности; приземлять смягчая прыжок; прыжок в высоту контролируя технику прыжка; развивают внимательность по средством игры	Проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему
96	Совершенство вание навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивани е». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок в высоту на оценку за технику; повторяют правила и игра-ют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакал-кой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброжелательн ое взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных целей; уме-ют управлять эмоциями при общении со	решению в совместной деятельности

				сверстниками	
97	Совершенство вание техники низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинирован ный	Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежа и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику низкого старта и выполняют бег с ускорением; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для раз-вития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового ускорения	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия
98	Разучивание упражнений полосы препятствий. Совершенство вание техники челночного бега. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинирован ный	Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; разучивают и выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег на 30 м. на результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Развивают скоростно- силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях	Ориентируются на доброжелательн ое взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и при-ходят к общему решению в совместной деятельности
99	Развитие выносливости посредством	Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный	Учатся равномерно распределять свои	Проявляют положи-тельные качества	Самостоятельно формулируют и решают учебную

	бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом» Комбинирован ный	бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»	силы во время дли-тельного бега; развивают скоростно- силовые качества во время различного бега и преодолевая препятствия	личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учи-теля; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии
10 0	Совершенство вание навыков бега на длительное время; метание мал. мяча на дальность. Контроль за развитием двигательных качеств: метание на дальность. Игра «Море волнуется» Комбинирован ный	Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого мяча; выполняют метание мал. мяча на дальность и выполняют метание на результат; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся правильной постановке руки при метании мяча на дальность; грамотно использовать технику метания мяча выполняя метание на результат	Ориентируются на доброжелательн ое взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении постав-ленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
10 1	Развитие выносливости и быстро-ты в круговой тренировке. Конт-роль за развитием двигательных качеств: бег 1000м без	Выполняют ходьбу и бег с заданиями по кругу; ОРУ; выполняют бег 1000м без учета времени на оценку; повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробьи»	Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег	Проявляют положи-тельные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и

	T	T	T 4000	T	<u> </u>
	учета времени.		на 1000м;	ситуациях	участии в игре;
	Игра «Вороны				принимают
	и воробьи»				инструкцию
	Комбинирован				педагога и четко
	-				следуют ей;
	ный				осуществляют
					итого-вый и
					пошаговый
					контроль;
					ориентируются
					на позицию
					партнера в
					общении и
					взаимодействии
	Развитие	Выполняют ходьбу и	Учатся выполнять	Опускульная	Самостоятельно
		бег с заданиями;		Ориентируются	
	внимания, ловкости,	общеразвивающие	задания для	на доброжелательн	выделяя-ют и
	1	_	развития силы,	ое	формулируют
	быстроты, координации	упражнения;	выносливости и	взаимодействие	познавательные
	движений в	разучивают и выполняют эстафеты с	ловкости	со	цели; вносят необходимые
	эстафетах	бегом, прыжками,	различными способами;		
	«Веселые	· •	закрепляют	сверстниками; проявляют	коррективы в действия после
		метанием.	-	-	
10	старты» с бегом,		умения и навыки	дисциплинирова	его завершения на основе его
2	-		выполнения основ-ных видов	нность; оказывают	
4	прыжка-ми,		движений	бескорыстную	оценки и учета характера
	метанием.		движении	1	
				помощь своим	сделанных ошибок;
				сверстникам, находят с ними	·
				общий язык и	договариваются
				общие интересы	и приходят к общему
				оощие интересы	
					решению в
					совместной
					деятельности
L	1	1		<u>l</u>	<u> </u>

Критерии и нормы оценки учебных достижений обучающихся

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

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:

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

	Характеристика цифровой оценки (отметки)				
Оценка «5»	выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается				
	наличие мелких ошибок.				
Оценка «4»	енка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и				
	несколько мелких.				
Оценка «3»	выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько				
	грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить				
	результат.				
Оценка «2»	выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной				
	невыполнения является наличие грубых ошибок				

В 2— 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.

проведение зачетно-тестовых уроков

				2 класс		
Норма	Нормативы		"5"	"4"	"3"	
		М	6,0	6,6	7,1	
1	Бег 30 м (сек.)	Д	6,3	6,9	7,4	
	Бег 1000 м (мин,сек.)	М	+	+	+	
2	("+" - без учета времени)	Д	+	+	+	
		М	9,8	10,2	10,6	
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	д	10,4	10,8	11,5	

		М	150	130	115
4	Прыжок в длину с места (см)	Д	140	125	110
	Прыжок в высоту, способом	М	80	75	70
5	"Перешагивания" (см)	Д	70	65	60
	Прыжки через скакалку (кол-во	М	70	60	50
6	раз/мин.)	Д	80	70	60
		М	10	8	6
7	Отжимания (кол-во раз)	Д	8	6	4
8	Подтягивание (кол-во раз)	М	3	2	1
	Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа (кол-во	М	14	8	5
	раз)	Д	13	8	5
		М	15	12	10
9	Метание т/м (м)	Д	12	10	8

	Подъем туловища из положения	М	28	26	24
10	лежа на спине (кол-во раз/мин)	Д	23	21	19
		М	40	38	36
11	Приседания (кол-во раз/мин)	Д	38	36	34

ТЕСТОВЫЕ НОРМАТИВЫ: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках

Материально- техническое и программно-методическое обеспечение образовательного процесса

Учебно-теоретические пособия

Методические и дидактические пособия

Программы начального общего образования. Система Школа России «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха. М.: Просвещение — 2022 г.

Учебно- наглядные пособия

Таблины

Плакаты

Информационно-коммуникативные средства

- Мультимедийный проектор.
- Экран проекционный

Перечень спортивного оборудования и инвентаря для общеобразовательных учреждений

№ Наименование

Спортивные игры

- 1. Щит баскетбольный игровой(комплект)
- 2. Щит баскетбольный навесной
- 3. Мяч баскетбольный №7 массовый
- 4. Мяч баскетбольный №7 для соревнований
- 5. Мяч футбольный №5 массовый
- 6. Насос для накачивания мячей с иглой
- 7. Мяч волейбольный

Гимнастика

- 1. Стенка гимнастическая
- 2. Скамейка гимнастическая
- 3. Комплект матов гимнастических №2
- 4. Мостик гимнастический подкидной
- 5. Бревно гимнастическое напольное
- 6. Кронштейн навесной для канатов
- 7. Канат для лазания 5м. (со страховочным устройством)
- 8. Перекладина гимнастическая пристенная
- 9. Обруч гимнастический №2
- 10. Скакалка гимнастическая

Легкая атлетика

11. Мяч для метания

Общефизическая подготовка

- 12. Перекладина навесная универсальная
- 13. Брусья навесные
- 14. Снаряд «Доска наклонная» (необходимо приобрести)
- 15. Горка атлетическая
- 16. Лестница координационная (12 ступеней)

Лыжный спорт

- 17. Стеллаж для хранения лыж **Лапта**
- 18. Бита(необходимо приобрести)
- 19. Теннисный мяч(необходимо приобрести)

Прочее

- 20. Аптечка медицинская
- 21. Сетка заградительная