

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (со всеми изменениями);
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов (курсов) педагогов МБОУ СШ № 5;
- Учебный план МБОУ СШ № 5 на 2020 - 2021 учебный год;
- Примерная программа по учебному предмету «Физическая культура» автора В.И Лях

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение физической культуры во 2 классе – 102 часа (из расчета 3 раза в неделю). Срок реализации программы – 1 год.

Цели и задачи учебного предмета

Цель обучения – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- обучение методике движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, 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 определенным 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 (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общая характеристика предмета

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны **на положениях** нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- Требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

- Федеральном законе Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ

«Об образовании в Российской Федерации»,

- Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в системе образования»

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;

- Примерной программе начального общего образования;

- Приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

СТРУКТУРА КУРСА

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико- биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности). Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием физической подготовленностью учащихся. Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика.

Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся, с учетом местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

2 класс	
Знания о физической культуре	Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).
Способы физкультурной деятельности	Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.
Физическое совершенствование. Гимнастика с основами акробатики.	
Организующие команды и приемы	Повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».
Акробатические упражнения	Из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Гимнастические упражнения прикладного характера	Танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.
Подвижные игры на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»	«Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».
Легкая атлетика	
Бег	Равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов.
Броски	Большого мяча снизу из положения стоя и сидя из-за головы.
Метание	Малого мяча на дальность из-за головы
Прыжки:	На месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой.
Подвижные игры на материале раздела «Легкая атлетика»	«Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».
Спортивные игры	
Футбол:	Остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».
Баскетбол:	Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».
Общеразвивающие физические упражнения	На развитие основных физических качеств.

Учебники и пособия

Физическая культура. 1 - 2 классы/ Под редакцией Петрова Т.В

В.И.Лях, А.А.Зданевич. Физическая культура. 1 - 4 классы/ Под общ.ред. В.И.Ляха. Учебник для общеобразовательных учреждений.

Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика (серия «Работаем по новым стандартам»)

Календарно - тематическое планирование 2 класс**1 четверть (27 часов)**

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты обучения			Виды и формы контроля
	план	факт		Предметные	Метапредметные	Личностные	
Лёгкая атлетика (11 часов)							
1.1			Вводный инструктаж по технике безопасности	Знать организационно методические требования, применяемые на уроках физической культуры. Знать разновидности ходьбы.	К: Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Устанавливать рабочие отношения. Р: Формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных соц. ситуациях.	Текущий

1.2			Освоение строевых упражнений	Выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при строевых упражнениях, ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 30 м К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными играми. Р. самостоятельно формулировать познавательные цели	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
1.3			Ходьба и бег с ускорением Игра «Пятнашки»	Пробегать с максимальной скоростью до 30 м ; выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 30 м К. использовать общие приемы решения поставленных задач; Р. осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
1.4			Ходьба и бег 30м.	Выполнять	П. Правильно выполнять	Развитие мотивов	Контроль

			Игра «Пятнашки»	легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); выполнять комплекс ОРУ; бегать 30 метров.	движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 30 м К. сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения Р. адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	двигательных качеств
1.5			Ходьба и бег 60м. Игра «Пятнашки»	Выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); бегать 60 метров.	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения Р. адекватно понимать оценку взрослого и сверстников	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
1.6			Челночный бег 3x10 м. с кубиками. Игра-эстафета	Знать технику челночного бега. Осваивать технику челночного бега.	П. Правильно и технично выполнять движения при челночном беге. К. Слушать и слышать друг друга, сотрудничать со сверстниками Р. Формирование умения видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, самостоятельности и	Контроль двигательных качеств

						личной ответственности за свои поступки.	
1.7			Прыжки в длину с места. Игра «К своим флажкам».	Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места . К. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Р. определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
1.8			Прыжки в длину с места и разбега. Игра «К своим флажкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места . К. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Р. определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Контроль двигательных качеств

					формы сотрудничества		
1.9			Прыжки в длину с разбега. Игра «Прыжки по кочкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места . К. Слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. Р. определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Контроль двигательных качеств
1.10			Метание малого мяча в цель. Эстафеты.	Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	П. рассказывать и показывать технику метания малого мяча в цель К. устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Р. осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
1.11			Метание малого мяча в цель. Эстафеты.	Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила	П. рассказывать и показывать технику метания малого мяча в цель К. устанавливать рабочие		Текущий

				техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации Р. осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции		
2. Футбол (5 часов)							
2.1			Удары по неподвижному и катящемуся мячу	Уметь наносить удары по неподвижному и катящемуся мячу, знать варианты пасов	П. Выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру "Футбол" К. слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. Р. видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Текущий
2.2			Остановка катящегося мяча	Уметь выполнять остановку катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой, знать варианты пасов	П. Выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру "Футбол" К. слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. Р. видеть ошибки и	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	Текущий

					исправлять их по указанию взрослого	взрослыми в разных социальных ситуациях.	
2.3			Ведение мяча по прямой с изменением направления	Уметь выполнять ведение мяча по прямой с изменением направления	П. Выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру "Футбол" К. слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. Р. видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Текущий
2.4			Удары по воротам	Уметь выполнять удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мяча в цель	П. Выполнять различные варианты пасов, играть в спортивную игру "Футбол" К. слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникаций. Р. видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	Текущий
2.5			Комбинации из освоенных элементов	Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. использовать общие	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего;	Текущий

					<p>приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни</p>	
3.Кроссовая подготовка (11 часов)							
3.1			<p>Развитие выносливости в беге до 3 мин. Игра «Третий лишний»</p>	<p>Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты</p>	<p>П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.</p> <p>К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р.Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	<p>Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	Текущий

3.2			Развитие выносливости в беге до 3 мин. Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий
3.3			Развитие выносливости в беге до 4 мин. Игра «Пятнашки »	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий
3.4			Развитие выносливости в беге до 4 мин. Игра «Пятнашки »	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий

					Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата		
3.5			Развитие выносливости в беге до 5 мин. Игра «Салки »	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	Текущий
3.6			Развитие выносливости в беге до 5 мин. Игра «Салки »	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	Текущий
3.7			Развитие выносливости в беге до 6 мин. Игра «2	Выявлять характерные ошибки в технике	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом	Оценивать собственную учебную деятельность: свои	Текущий

			Мороза»	выполнения бега	в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	
3.8			Кросс 1000 метров	Уметь бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Текущий
3.9			Силовые упражнения. Игра «К своим флажкам».	Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, силы,).	П. Уметь выполнять силовые упражнения. Осваивать универсальные умения во время подвижных игр. К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Текущий
3.10			Силовые упражнения. Игра «К	Характеристика основных физических	П. Уметь	Проявлять дисциплинированность,	Текущий

			своим флажкам».	качеств (быстроты, ловкости, силы).	выполнять силовые упражнения. Осваивать универсальные умения во время подвижных игр. К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	
3.11			Упражнения на развитие пресса. Игра «Воробы и вороны».	правильно выполнять основные движения при выполнении упражнений на развитие пресса	П. Уметь выполнять упражнения на развитие пресса. Осваивать универсальные умения во время подвижных игр. К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Текущий

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты обучения			Виды и формы контроля
	план	факт		Предметные	Метапредметные	Личностные	
4. Гимнастика (21 час)							
4.1			Вводный инструктаж по технике безопасности	Знать организационно методические требования, применяемые на уроках физической культуры. Знать разновидности ходьбы.	К: Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Устанавливать рабочие отношения. Р: Формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных соц. ситуациях.	Текущий
4.2			Строевые упражнения Лазание по гимнастической стенке.	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации К. Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии Р. Осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;	Текущий

					<p>К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p>Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>		
4.3			Обучение технике кувырка вперед. Лазание по гимнастической стенке.	Уметь лазать по гимнастической стенке; Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p>П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации</p> <p>К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p>Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	Взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Текущий
4.4			Закрепление техники кувырка вперед. Лазание по гимнастической стенке.	Уметь лазать по гимнастической стенке; Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p>П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации</p> <p>К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p>Р. планирование –</p>	Взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Текущий

					выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.		
4.5			Совершенствование техники кувырка вперед. Обучение упражнению в равновесии	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии	<p>П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии</p> <p>К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p>Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	Взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Текущий
4.6			Техника кувырка вперед – учет. Закрепление техники выполнения упражнения в равновесии.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии	<p>П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии</p> <p>К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p>Р. планирование – выполнять действия в соответствии с</p>	формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Контроль двигательных качеств

					поставленной задачей и условиями ее реализации.		
4.7			Обучение стойке на лопатках. Упражнения в равновесии	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Текущий
4.8			Повторение стойки на лопатках. Упражнения в равновесии – учет.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации; Выполнять упражнения в равновесии	П. Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации. К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Контроль двигательных качеств
4.9			Обучение перекату	Уметь выполнять	П. Уметь выполнять	формирование и	Текущий

			вперед из стойки на лопатках. Игра – эстаф.	акробатические элементы отдельно и в комбинации;	строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации. К. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника Р. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	
4.10			Обучение опорному прыжку, лазание. Игра – эстафета.	Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке. Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей,	Текущий
4.11			Выполнение опорного прыжка, лазание. Игра – эстафета.	Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке. Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания	Текущий

					решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	чувствам других людей,	
4.12			Выполнение опорного прыжка, лазание. Игра – эстафета.	Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке. Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей,	Текущий
4.13			Выполнение опорного прыжка, лазание. Игра – эстафета.	Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке. Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	П. Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок К. Инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач Р. Целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей,	Текущий
4.14			Упражнения на гибкость.	Правильно выполнять	П. Уметь выполнять упражнения на гибкость	Навыки сотрудничества в разных ситуациях;	Текущий

			Игра – эстафета.	упражнения на гибкость, характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
4.15			Обучение висам и упорам	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Текущий
4.16			Висы . Строевые упражнения. Игра – эстафета.	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Текущий
4.17			Висы. Строевые упражнения.	Правильно выполнять висы для	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Навыки сотрудничества в разных ситуациях;	Текущий

			Игра – эстафета.	укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
4.18			Висы Строевые упражнения. Игра «Змейка».	Правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	Контроль двигательных качеств
4.19			Обучение танцевальным упражнениям	Правильно выполнять танцевальные упражнения	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры	Текущий
4.20			Обучение танцевальным	Правильно выполнять	П. Уметь выполнять висы, подтягивание в висе	Внутренняя позиция школьника на основе	Текущий

			упражнениям	танцевальные упражнения	К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	положительного отношения к уроку физической культуры	
4.21			Преодоление препятствий.	Уметь преодолевать препятствия	П. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Р. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; К. задавать вопросы;	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры	Текущий

3 четверть (30 часов)

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты обучения			Виды и формы контроля
	план	факт		Предметные	Метапредметные	Личностные	
5. Подвижные игры (30 часов)							
5.1			Вводный по технике и	Знать организационно методические требования, применяемые на уроках физической культуры. Знать разновидности ходьбы.	К: Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Устанавливать рабочие отношения. Р: Формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со	Текущий

					поставленной задачей и условиями ее реализации; П: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, играть в подвижные игры.	сверстниками и взрослыми в разных соц. ситуациях.	
5.2			Обучение технике броска мяча в цель. Игра «Охотники и утки».	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
5.3			Закрепление техники броска мяча в цель. Игра «Охотники и утки».	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия..	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий

				мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
5.4			Совершенствование техники броска мяча в цель. Игра «Подвижная цель».	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
5.5			Совершенствование техники броска мяча в цель. Игра «Подвижная цель».	Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча.	П. Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. К. Формулировать учебные	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего;	Контроль двигательных качеств

				Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	
5.6			Обучение ловле и передаче мяча на месте. Игра «Охотники и утки».	Знать технику ловли и передачи мяча на месте. Называть игры и формулировать их правила;	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;.	Текущий
5.7			Ловля и передача мяча на месте. Игра «Охотники и утки».	Знать технику ловли и передачи мяча на месте. Называть игры и	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр;	Проявлять положительные качества личности и управлять своими	Текущий

				формулировать их правила;	К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;.	
5.8			Ловля и передача мяча на месте. Игра «Подвижная цель».	Знать технику ловли и передачи мяча на месте. Называть игры и формулировать их правила;	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;.	Текущий
5.9			Ловля и передача мяча на месте. Игра «Передал - садись».	Знать технику ловли и передачи мяча на месте. Называть игры и формулировать их правила;	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;.	Контроль двигательных качеств

					поставленной задачей и условиями ее реализации;		
5.10			Обучение технике ведения мяча на месте	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.11			Обучение ловле и передаче мяча в движении. Игра «Передал - садись».	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.12			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь	Текущий

					планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	
5.13			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч соседу».	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.14			Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Контроль двигательных качеств
5.15			Обучение ведению мяча в движении.	Ведение на месте правой и левой	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски	Оказывать бескорыстную помощь	Текущий

			Игра «Передача мяча в колоннах».	рукой в движении шагом и бегом.	в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	
5.16			Ведение мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.17			Ведение мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий

					условиями ее реализации;		
5.18			Ведение мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	П. Уметь владеть мячом: держание, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Контроль двигательных качеств
5.19			Обучение технике броска мяча в кольцо Игра «Перестрелка»	Бросок двумя руками от груди.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.20			Закрепление техники броска мяча в кольцо Игра «Перестрелка»	Бросок двумя руками от груди.	П. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; К. осуществлять взаимный контроль в совместной	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий

					<p>деятельности.</p> <p>Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p>		
5.21			Техника броска мяча в кольцо Игра «Перестрелка»	Бросок двумя руками от груди.	<p>П.Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;</p> <p>К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p>Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий
5.22			Техника броска мяча в кольцо Игра «Перестрелка»	Бросок двумя руками от груди.	<p>П.Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;</p> <p>К. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.</p> <p>Р.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с</p>	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Контроль двигательных качеств

					поставленной задачей и условиями ее реализации;		
5.23			Обучение прыжку через скакалку. Игры: «К своим флажкам»	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; Р. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; К. формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Текущий
5.24			Закрепление техники прыжка через скакалку. Игры: «К своим флажкам»	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; Р. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; К. формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Текущий
5.25			Прыжки через скакалку. Игры: «К своим флажкам»	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	П. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; Р. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; К. формулировать собственное мнение;	проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	Текущий
5.26			Прыжки через	Освоить подвижные	П. уметь использовать	проявление особого	Контроль

			скакалку. Игры: «Пятнашки»	игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; Р. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; К. формулировать собственное мнение;	интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;	двигательных качеств
5.27			Обучение технике разбега в прыжках в высоту. Игры: «Пятнашки»	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий

5.28			Закрепление техники разбега в прыжках в высоту. Игры: «Пятнашки».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий
5.29			Техника разбега в прыжках в высоту. Игры: «Прыгающие воробушки»	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения;	П. Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Текущий

				технически правильно отталкиваться и приземляться.	физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
5.30			Техника разбега в прыжках в высоту. Игры: «Прыгающие воробушки».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться на две ноги К. использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Контроль двигательных качеств

					условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

4 четверть (24 часа)

№ урока	Дата		Тема урока	Планируемые результаты обучения			Виды и формы контроля
	план	факт		Предметные	Метапредметные	Личностные	
5. Подвижные игры (9 часов)							
5.31			Инструктаж по технике безопасности	Знать организационно методические требования, применяемые на уроках физической культуры. Знать разновидности ходьбы.	К: Слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе. Устанавливать рабочие отношения. Р: Формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П: уметь рассказать об организационно-методических требованиях, играть в подвижные игры.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных соц. ситуациях.	Текущий
5.32			Обучение метанию набивного мяча. Игра – эстафета.	Описывать технику метания набивного мяча. Осваивать технику метания набивного мяча. Соблюдать правила техники безопасности при	П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений К. формулировать учебные	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на	Текущий

				метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании набивного мяча	задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	безопасный, здоровый образ жизни	
5.33			Закрепление техники метания набивного мяча	Описывать технику метания набивного мяча. Осваивать технику метания набивного мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании набивного мяча	П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений К. формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий

					достижения результата.		
5.34			Метание малого мяча на дальность отскока. Игра – эстафета.	<p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>	<p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений</p> <p>К. формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия..</p> <p>Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
5.35			Метание малого мяча на дальность отскока. Игра – эстафета.	<p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять</p>	<p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений</p> <p>К. формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий

				качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	действия.. Р. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
5.36			Выполнение упражнения на гибкость Игра – эстафета.	Правильно выполнять упражнения на гибкость, характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	П. Уметь выполнять упражнения на гибкость К. взаимодействие – слушать собеседника, формулировать свои затруднения Р. планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях; формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни.	Текущий
5.37			Выполнение силовых упражнений. Игра – эстафета.	Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, силы).	П. Уметь выполнять силовые упражнения. Осваивать универсальные умения во время подвижных игр. К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Самостоятельно оценивать свои действия и	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Контроль двигательных качеств

[illegible]

6.1			Ходьба и бег с ускорением Игра «Пятнашки».	Знать разновидности ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
6.2			Ходьба и бег 30 метров Игра «Пятнашки».	Знать разновидности ходьбы; бегать с максимальной скоростью	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ	Контроль двигательных качеств

					занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	жизни	
6.3			Ходьба и бег 60 метров Игра «Пятнашки».	Знать разновидности ходьбы; бегать с максимальной скоростью	П. Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м К. Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	Развить мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Контроль двигательных качеств

					определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
6.4			Прыжки в длину с места Игра «К своим флажкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
6.5			Прыжки в длину с места Игра «К своим флажкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Контроль двигательных качеств

					достижения результата.		
6.6			Прыжки в длину и разбега. Игра «К своим флажкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
6.7			Прыжки в длину и разбега. Игра «К своим флажкам».	Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	П. Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Текущий
6.8			Прыжки в длину и	Описывать технику	П. Правильно выполнять	Развитие мотивов	Контроль

			разбега. Игра «К своим флажкам».	прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться.	движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. К. использовать общие приемы решения поставленных задач. Р. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	двигательных качеств
6.9			Челночный бег 3x10 м. с кубиками. Игра-эстафета	Знать технику челночного бега. Осваивать технику челночного бега.	П. Правильно и технично выполнять движения при челночном беге. К. Слушать и слышать друг друга, сотрудничать со сверстниками Р. Формирование умения видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Текущий
6.10			Челночный бег 3x10 м. с кубиками. Игра-эстафета	Знать технику челночного бега. Осваивать технику челночного бега.	П. Правильно и технично выполнять движения при челночном беге. К. Слушать и слышать друг друга, сотрудничать со сверстниками	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств,	Контроль двигательных качеств

					Р.Формирование умения видеть ошибки и исправлять их по указанию взрослого, сохранять заданную цель	доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	
7. Кроссовая подготовка (5 часов)							
7.1			Развитие выносливости в беге до 3 мин Игра «Третий лишний»	Уметь пробегать в равномерном темпе 3 минуты	<p>П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий
7.2			Развитие выносливости в беге до 3 мин Игра «Третий лишний»	Уметь бегать в равномерном темпе до 3 минут	<p>П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность</p>	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий

					результата		
7.3			Развитие выносливости в беге до 4 мин Игра «Пятнашки»	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут	<p>П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Текущий
7.4			Развитие выносливости в беге до 5 мин. Игра «Пятнашки»	Уметь бегать в равномерном темпе до 5 минут	<p>П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Р. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	Текущий
7.5			Развитие выносливости в беге до 6 мин Игра «Пятнашки». Итог года.	Уметь бегать в равномерном темпе до 6 минут	<p>П. Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой</p> <p>К. Осуществлять</p>	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и	Текущий

					продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р. Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;	
Итого	102						