**Пояснительная записка по физической культуре 2 класс**

 **102 часа**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 06.10.2009г. №373), на основании Основной образовательной программы начального общего образования муниципального казённого общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 6 с. Серафимовского Арзгирского района Ставропольского края (утверждена приказом директора МКОУ СОШ № 6 с. Серафимовского Арзгирского района *Ставропольского края от 30. 08.2017г. № 150 ),* на основе авторской программы авторской программы **«**Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича ; А.П. Матвеева, Т.В. Петровой (2006г). (**УМК «Школа России»**).

**Результаты освоения предмета «Физическая культура»**

***Личностные результаты:***

• активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

• проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

• проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

• оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

***Метапредметные результаты:***

• характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

• обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;

• общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

• обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

• организация самостоятельной деятельности с учётом требовании её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

• планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;

• анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

• видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

• оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

• управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

• технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

***Предметные результаты:***

• планирование занятий физическими упражнениями

режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;

• изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

• представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

• оказание посильной помощи и моральной поддержкам

сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

• организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

• бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;

• организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;

• характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;

• взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

• объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

• подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

• выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

• выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельной гости;

• выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

**Содержание начального общего образования по учебному предмету**

 **Знания о физической культуре 3 часа**

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 3 часа**

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 72 часа**

***Гимнастика с основами акробатики 18 часов***

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

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

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

***Легкая атлетика18 часов***

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

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

*Метание* малого мяча на дальность из-за головы.

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

 ***Кроссовая подготовка, мини-футбол 18 часов***

1. Бег по слабопересеченной местности до 1 км.

2. Равномерный медленный бег до 5 мин.

3. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.)

4. Спортивная игра *мини-футбол*: а) удары по мячу ногой.

 б) остановка мяча ногой, отбор мяча.

 в) тактические действия в защите и нападении

 г) отбор мяча.

5. Бег по пересеченной местности.

6. Равномерный бег до 6 мин.

7. Кросс до 1 км.

8.Бег с преодолением препятствий. 9.Бег по пересеченной местности.

***Подвижные игры 18 часов***

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

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

*На материале раздела «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 12 часов:*** специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

***Волейбол 12 часов****:* подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

***Общеразвивающие физические упражнения*** на развитие основных физических качеств.

**Уровень физической подготовленности**

|  |  |
| --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |
| высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| Мальчики | Девочки |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз | 14 – 16 | 8 – 13 | 5 – 7 | 13 – 15 | 8 – 12 | 5 – 7 |
| Прыжок в длину с места, см | 143 – 150 | 128 – 142 | 119 – 127 | 136 – 146 | 118 – 135 | 108 – 117 |
| Наклон вперед, не сгибая ног в коленях | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 6,0 – 5,8 | 6,7 – 6,1 | 7,0 – 6,8 | 6,2 – 6,0 | 6,7 – 6,3 | 7,0 – 6,8 |
| Бег 1000 м | Без учета времени |

**Тематическое планирование по физической культуре 2 класс (ФГОС)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п\п** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Виды деятельности** | **Планируемые результаты ( в соответствии с ФГОС)** | **Личностные результаты** | **Дата** | **Д/З** |
|  | **Понятия****Предметные результаты** | Метапредметные |
|  **Легкая атлетика (11 часов)** |
| **1** | Вводный**Ходьба и бег.** | 1 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20 м. ОРУ. Инструктаж по ТБИгра «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 основные движения в ходьбе и беге; бегать 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. | Развит мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Научиться ходить по разметкам. |
| **2-3** | Комплексный**Ходьба и бег.****Игровой урок** | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностейИгра «Пятнашки» | 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 основные движения в ходьбе и беге; бегать 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Научиться ходить по разметкамРазучить игру. |
| **4-5** | Комплексный**Ходьба и бег.** | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 60 м. ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностейИгра «Пятнашки» | Знать виды 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 основные движения в ходьбе и беге; бегать 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Научиться ходить с преодолением препятствий. |
| **6** | Игровой урок | 1 | Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Игра «Пятнашки» |  | **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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Разучить игру. |
| **7** | Комплексный**Прыжки** | 1 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ. Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей Игра «К своим флажкам». | 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Научиться прыгать с поворотом на 180, прыгать в длину с разбега 3–5 шагов. |
| **8** | Комплексный**Прыжки с высоты** | 1 | Прыжок с высоты до 40 см. ОРУ.Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей Игра «К своим флажкам». «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 при-земляться в яму на две ноги**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; 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 |  | Научиться прыгать с высоты. |
| **9** | **Игровой урок** | 1 | Игра «Прыгающие воробушки»«Третий лишний» Эстафеты.  | . Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого 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 достижения результата. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Разучить игру. |
| **10** | Комплек-сныйМетание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель  | 1 |  Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностейИгра «Прыгающие воробушки». | Описывать технику метания малого мяча и набивного.Осваивать технику метания малого мяча и набивногоСоблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и набивного. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча. | **П.**Уметьправильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений**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; 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 |  | Научиться метать мяч в горизонтальную и вертикальную цель. |
| **11** | Комплекс-ныйМетание малого мяча  | 1 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Подвижная игра «Защита укрепления». | 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 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 достижения результата | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни | 2 | Научиться метать мяч в горизонтальную и вертикальную цель. |
|  **Гимнастика (18 часов)** |  |  |
| 12 | **Игровой урок** | 1 | Подвижная игра «Защита укрепления», «Ловишки» | Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями | **П**.Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации**К**. Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии**Р.** Осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. | проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой |  | Разучить игру. |
| **13-14****(2-3)** | Изучение ново-го мате-риала**Акробатика.** Кувырок вперед**Строевые упражнения** | 2 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Подвижная игра «Защита укрепления». | Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями | **П**.Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации**К**. Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии**Р.** Осуществление учебных действий – использовать речь для регуляции своего действия. | проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой |  | Учиться перестроению из колонны по одному в колонну по два. |
| **15****(4)** | **Игровой урок** | 1 | Игры «Воробышки»,»Третий лишний» | Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями | **П**.Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации**К**. Управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии**Р.** Осуществление учебных | проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой |  | Разучить игру. |
| **16****(5)** | Совершенствова-ние ЗУН**Акробатика.****Строевые упражнения** | 1 | Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.Выполнениекомбинации из разученных элементов. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Подвижная игра «Защита укрепления». | Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями | **П**.Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации**К**. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращать за помощью, слушать собеседника**Р**. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации | Самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов |  | Научиться делать кувырок вперед, стойку на лопатках, согнув ноги. |
| **17****(6)** | Комплекс-ный**Акробатика.****Строевые упражнения** | 1 | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок в сторону. ОРУ. Развитие координационных способностей. Игра «Фигуры» | Различать и выполнять строевые команды. Выполнять акробатические элементы – кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями | **П.**Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы раздельно и в комбинации**К**. инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращать за помощью, слушать собеседника**Р**. планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации | Самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов |  | Научиться делать кувырок вперед, стойку на лопатках, согнув ноги. |
| **18-19****(7-8)** | Игровой урок.Изучение ново-го мате-риала**Висы.****Строевые упражнения** | 2 | Игры «Фигуры», «Третий лишний»Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. Подвижная игра «Защита укрепления». | 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. |  | Разучить игру.Учиться делать вис стоя и лёжа. |
| **20-21 (9-10)** | Совершенствова-ние ЗУН**Висы.****Строевые упражнения****Игровой урок .** | 2 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа Игры «Третий лишний», «Ловишки» | 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 |  | Разучить игру. |
| **22****(11)** | Совершенствова-ние ЗУН**Висы.****Строевые упражнения** | 1 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. Подвижная игра «Защита укрепления». | 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 |  | Учиться делать вис стоя и лёжа |
| **23****(12)** | Комплекс-ный**Висы.****Строевые упражнения** | 1 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!» Вис стоя и лежа. В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Подвижная игра «Защита укрепления».  | 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 |  | Учиться делать вис стоя и лёжа |
| **24****(13)** | Игровой урок. | 1 |  Игра «Иголочка и ниточка», «Третий лишний» | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. | **П.**Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры |  | Разучить игру. |
| **25****(14)** | Комплексный**Опорный прыжок,** **лазание** | 1 | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе.  | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений | **П.**Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры |  | Учиться лазанию по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. |
| **26****(15)** | Совершенствование ЗУН**Опорный прыжок,** **лазание** | 1 | Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений | **П.**Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций  |  | Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. |
| 27(16) | Игровой урок. | 1 | Игра «Иголочка и ниточка», «Третий лишний» | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений | **П.**Уметь стоять на бревне, лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |  | Разучить игру. |
| 28(17) | Совершенствование ЗУН**Опорный прыжок,** **лазание** | 1 | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Развитие координационных способностейИгра «Слушай сигнал». | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений | **П.** Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |  | Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. |
| 29(18) | Совершенствование ЗУН**Опорный прыжок,** **лазание** | 1 | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Слушай сигнал» | Выполнять упражнения на гимнастической скамейке и бревне, на развитие координации движений | **П.** Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок**К.** инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения задач**Р**. целеполагание – формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |  | Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. |
|  |
| **30****(1)** | Игровой урок. | 1 | . Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П**. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций |  | Разучить игру. |
| **31****(2)** | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры** | 1 | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Повторить упражнения. |
| **32****(3)** | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры** | 1 | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П**.Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Выучить игру. |
| **33****(4)** | Игровой урок. | 1 |  Игры: «Пятнашки», «Два мороза».  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.**Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Разучить игру. |
| **34****(5)** | Комплекс-ный**Подвижные игры** | 1 | ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.**Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Повторить упражнения. |
| **35****(6)** | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры** | 1 | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.**Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Повторить упражнения. |
| **36****(7)** | Игровой урок. | 1 | . Игры: « Посадка картошки », «Два мороза». Эстафеты.  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Разучить игру. |
| **37****(8)** | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры** | 1 | ОРУ. Игры: « Попади в мяч », «Верёвочка под ногами». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Повторить упражнения. |
| **38-39****(9-10)** | Комплекс-ный**Подвижные игры****Игровой урок.** | 2 | ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых способностей Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.  | Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Разучить игру. |
| **40-41****(11-12)** | Комплекс-ный**Подвижные игры** | 2 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Подготовить новый комплекс упражнений. |
| **42****(13)** | Игровой урок. | 1 |  Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.  | Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Разучить игру. |
| **43-44****(14-15)** | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры** | 2 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Выучить упражнения. |
|  |  |  |
| **45****(1)** | Игровой урок. | 1 | Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П**. информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников.**К.** управление коммуникацией – адекватно использовать речь **Р.** планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности | Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию |  | Разучить игру. |
| **46****(2)** | Совершенствование ЗУН**Передача мяча** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П**. информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников.**К.** управление коммуникацией – адекватно использовать речь **Р.** планирование – составлять план и последовательность действий для планирования и регуляции своей деятельности | Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию |  | Учиться передавать мяч в парах. |
| **47****(3)** | Совершенствование ЗУН**Передача мяча** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.**К.** взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание **Р.** коррекция – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. | Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности |  | Учиться передавать мяч в парах. |
| **48****(4)** | **Игровой урок.** | 1 |  Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.**К.** взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание **Р.** коррекция – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. | Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности |  | Разучить игру. |
| **49****(5)** | Совершенствование ЗУН**Общеразвивающие упражнения с мячом** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** общеучебные – использовать общие приемы решения задач.**К.** управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия**Р.** коррекция – вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. | Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности |  | Учить бросать мяа в цель. |
| **50****(6)** | Комплексный**Общеразвивающие упражнения с мячом** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. | **П.** общеучебные – использовать общие приемы решения задач.**К.** управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия**Р.** коррекция – вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. | Смыслообразование – адаптированная мотивация учебной деятельности |  | Учить бросать мяч в цель. |
| **51****(7)** | Игровой урок. | 1 | Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.**К.** взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственноемнение**Р.** осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. | Смыслообразование – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности |  | Разучить игру. |
| **52****(8)** | Изучение нового материала**Игры с мячом** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | П. осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке;- выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.**К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.-умения принимать и сохранять учебную задачу, | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Повторить упражнения  |
| **53****(9)** | Комплексный **Игры с мячом** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | П. осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке;- выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.**К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении. | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Повторить упражнения. |
| **54****(10)** | Игровой урок. | 1 | . Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.  | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий  | **П.** умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); **К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.Р. учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. | Смыслообразование – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности |  | Разучить игру. |
| **55****(11)** | Совершенствование ЗУНИгры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); **К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении. | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Выучить игру. |
| **56****(12)** | Совершенствование ЗУНЭстафеты | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); **К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.Р. учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. | Смыслообразование – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности |  | Повторить упражнения. |
| **57****(13**) | Игровой урок | 1 | Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет |  | **П.** умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); **К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.Р. учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Разучить игру. |
| **58****(14)** | Комплексный**Развитие выносливости при ходьбе и беге** | 1 | .Повороты переступанием.Дистанция 1 километр на результат.Эстафета на лыжах. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); **К**. уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.Р. учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;-оценивать правильность выполнения двигательных действий при перемещении на лыжах. | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Выучить повороты переступанием. |
|  **Подвижные игры (3 часа)** |  |  |
| 59-60(1-2) | Комплексный**Подвижные игры****Игровой урок.** | 2 | ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет | Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками |  **П.Уметь** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Выучить повороты переступаниемРазучить игру. |
| 61(3) | Комплекс-ный**Подвижные игры** | 1 | ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий | **П.** Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями**К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. | внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; сознание ответственности человека за общее благополучие |  | Повторить упражнения. |
|  **Подвижные игры на основе баскетбола (24 часа)** |  |  |
| 62-63(1-2) | Изучение нового материала**Подвижные игры на основе баскетбола****Игровой урок.** | 2 | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Развитие координационных способностейИгра «Попади в обруч», «Третий лишний» | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении.Разучить игру. |
| 64(3) | Комплекс-ный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 65(4) | Комплексный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П**.Уметь владеть мячом: дер-жание, передачи на расстоя-ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 66-67(5-6) | Игровой урок.**Подвижные игры на основе баскетбола** | 2 | Игра «Попади в обруч»Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень).ОРУРазвитие координационных способностей | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Разучить игру. |
| 68-69(7-8) | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры на основе баскетбола****Игровой урок.** | 2 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Развитие координационных способностейИгра «Третий лишний», «Передал -садись» | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П**.Уметь владеть мячом: дер-жание, передачи на расстоя-ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении.Разучить игру. |
| 70-71(9-10) | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры на основе баскетбола** | 2 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Знать технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков | **П**.Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении.Ведение мяча наместе. |
| 72-73(11-12) | Игровой урок.**Подвижные игры на основе баскетбола** | 2 | Игра «Мяч соседу». Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П**.Уметь владеть мячом: дер-жание, передачи на расстоя-ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Разучить игру.Учить ловить и передавать мяч в движении.Ведение мяча на месте. |
| 74(13) | Комплексный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 75(14) | Игровой урок. | 1 |  Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты.  | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: дер-жание, передачи на расстоя-ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Разучить игру. |
| 76(15) | Комплекс-ный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 77(16) | Комплекс-ный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: дер-жание, передачи на расстоя-ние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Учить ловить и передавать мяч в движении.Ведение мяча на месте. |
| 78(17) | Игровой урок. | 1 | Игра «Передача мяча в колоннах»,»Передал садись» | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Разучить игру. |
| 79(18) | Комплекс-ный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 80(19) | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 81(20) | Игровой урок. | 1 |  Игра «Мяч в корзину»,»Третий лишний» | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Разучить игру. |
| 82(21) | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Учить ловить и передавать мяч в движении. |
| 83(22) | Совершенствование ЗУН**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Учить бросать мяч в цель. |
| 84(23) | Игровой урок. | 1 | . Игра «Передал – садись»,»Третий лишний» | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.** Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. |  | Разучить игру. |
| 85(24) | Комплекс-ный**Подвижные игры на основе баскетбола** | 1 | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве. | **П.**Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол**К.** осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.**Р.**формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; | проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; |  | Учить бросать мяч в цель. |
| **Кроссовая подготовка (7 часов)** |  |  |
| 86(1) | Комплекс-ный**Бег по пересечен-ной местности** | 1 | Равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**.Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.  | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Учиться бегу по пересеченной местности. |
| 87(2) | Игровой урок. | 1 | Игра «Третий лишний»,»Передал садись» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**.Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Разучить игру. |
| 88(3) | Комплекс-ный**Бег по пересечен-ной местности** | 1 | Равномерный бег 3 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**. Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Учиться бегу по пересеченной местности. |
| 89(4) | Комплекс-ный**Бег по пересечен-ной местности** | 1 | Равномерный бег 4 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (60 бег, 90 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**. Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Учиться бегу по пересеченной местности. |
| 90(5) | Игровой урок. | 1 | Игра «Пятнашки»,»Третий лишний» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**. Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем | Самоопределе-ние – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе |  | Разучить игру. |
| 91(6) | Комплекс-ный**Бег по пересечен-ной местности** | 1 | Равномерный бег 4 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**. Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем | Самоопределе-ние – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни |  | Учиться бегу по пересеченной местности. |
| 92(7) | Комплекс-ный**Бег по пересечен-ной местности** | 1 | Равномерный бег 4 минуты. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (70 бег, 80 ходьба). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности | **П**. Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут; чередовать ходьбу с бегом**К**. взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения**Р**. целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем | Самоопределе-ние – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни |  | Учиться бегу по пересеченной местности. |
| **Легкая атлетика (10 часов)** |
| 93-94 (1-2) | Игровой урок.**Ходьба и бег** | 2 | Игра «Пятнашки» ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. | 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 основные движения в ходьбе и беге; бегать 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Разучить игру.Учиться ходить по разметкам. |
| 95-96 (3-4) | Комплекс-ный**Ходьба и бег****Игровой урок.** | 2 | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30 м. Челночный бег. Игра «Пятнашки» ОРУ. Развитие скоростных и координационных способностей | 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 основные движения в ходьбе и беге; бегать 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Учиться ходить по разметкам.Разучить игру. |
| 97-98(5-6) | Комплекс-ный**Прыжки** | 2 | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок в длину с разбега 3–5 шагов. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей  | 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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Учиться прыгать с поворотом на 180,прыжки в длину. |
| 99(7) | Игровой урок. | 1 | . Игра «К своим флажкам»,»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. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Разучить игру. |
| 100(8) | Комплекс-ный**Метание** | 1 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты. развитие скоростно-силовых способностей ОРУ. Игры: «К своим флажкам», | 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 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 достижения результата. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Учиться метать мяч в цель. |
| 101(9) | Комплекс-ный**Метание** | 1 | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (22 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | 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 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 достижения результата. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Учиться метать мяч в цель. |
| 102(10) | Игровой урок. | 2 | Игра «Пятнашки», «К своим флажкам» | 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 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 достижения результата. | Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни |  | Учиться метать мяч в цель. |