**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**МИТЬКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Рассмотрено Согласовано Утверждено

на заседании ШМО зам. директора по УВР приказом по МБОУ Митьковская СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, протокол №\_\_\_\_\_ /Нацаренус Н.А./ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. №\_\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, протокол №\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. №\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, протокол №\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. №\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рабочая программа**

**по физической культуре**

для учащихся 2 класса

на 2018-2019 учебный год

Учитель: Письменный Эдуард Васильевич

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования по физической культуре (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 года № 373 (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 года, регистрация № 17785), внесены изменения приказами Министерства образования и науки РФ от 26 ноября 2010 года (зарегистрирован Минюстом России 04 февраля 2011 года, регистрация №19707), от 22 сентября 2011 года №2357(зарегистрирован в Минюсте 12 декабря 2011года № 22540),  *источник:* сайт Минобрнауки РФ: http// [www.mon.gov.ru/](http://www.mon.gov.ru/) (версия в распечатанном виде)

- Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — 4-е изд., перераб. — М. : Просвещение, 2012. — 223 с. — (Стандарты второго поколения),  *источник:* сайт Минобрнауки РФ: http// [www.mon.gov.ru/](http://www.mon.gov.ru/) (электронная версия)

- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Митьковской СОШ;

- Примерной программы по физической культуре для 1-4 классов, *источник:* сборникПримерные программы по учебным предметам. Начальная школа, в 2-х ч. / под ред. А.М.Кондакова, Л.П.Кезиной, серия «Стандарты второго поколения».- М.: Просвещение, 2010

- авторской программы В.И.Ляха по физической культуре, *источник:* Рабочие программы. Физическая культура. 1-4 классы по предметной линии учебников под редакцией В.И.Ляха - М.: Просвещение, 2011

- Учебного плана, календарного учебного графика и расписания уроков МБОУ Митьковской СОШ на 2018-2019 учебный год (приказ МБОУ Митьковской СОШ «Об утверждении учебного плана МБОУ Митьковской СОШ на 2018-2019 учебный год» № 25 от 24. 05. 2018 г).

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

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

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

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

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

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние 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 (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

**Общая характеристика учебного предмета**

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

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

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.

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

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями 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 двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки» и «Плавание». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

**Место учебного предмета в учебном плане**

В соответствии с учебным планом на изучение физической культуры во 2 классе отводится 102 часа (по 3 часа в неделю, 34 учебные недели), что полностью соответствует используемой авторской программе.

Согласно учебному плану и календарному учебному графику МБОУ Митьковской СОШ на 2018-2019 учебный год изучить содержание Рабочей программы планируется за 96 часов, так как 6 дней совпадают с выходными **(8.03.19г., 1.05.19г., 2.05.19г., 3.05.19г., 9.05.19г., 10.05.19г.).**

Корректировка Рабочей программы проведена за счёт объединения изучаемых тем, что отражено в календарно-тематическом планировании.

За\_\_\_\_\_\_\_\_\_часов (на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_), т.к.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

За\_\_\_\_\_\_\_\_\_часов (на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_), т.к.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

За\_\_\_\_\_\_\_\_\_часов (на\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_), т.к.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе усвоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» учащихся II класса**

**(личностные, метапредметные и предметные результаты)**

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

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

*Метапредметными результатами* освоения учащимися

содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять

нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- излагать факты истории развития физической культуры,

характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Уровень физической подготовленности учащихся 2 – класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | **Контрольные упражнения**  **(тест)** | **УРОВЕНЬ** | | | | | |
| Мальчики | | | Девочки | | |
| **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** |
| **1** | **Бег 30м.** | **5.4** | **7.0** | **7.1** | **5.6** | **7.2** | **7.3** |
| **2** | **Челночный бег 3\*10м.** | **9.1** | **10.0** | **10.4** | **9.7** | **10.7** | **11.2** |
| **3** | **Прыжок в длину с/м** | **165** | **125** | **110** | **155** | **125** | **100** |
| **4** | **Шестиминутный бег** | **1150** | **800** | **750** | **950** | **650** | **550** |
| **5** | **Сила подтягивание из виса** | **4** | **2** | **1** | **14** | **6** | **3** |
| **6** | **Гибкость наклон вперёд из пол. сидя** | **7.5+** | **3-5** | **1-** | **12.5+** | **6** | **2-** |

**Формы и средства контроля уровня достижения планируемых результатов обучающихся II класса по физической культуре**

Формы и средства контроля уровня планируемых результатов обучающихся I I класса по физической культуре определяются в соответствии с **разделом основной образовательной программы начального общего образования «Система оценки достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы» в рамках безотметочного обучения** (Письмо МО РФ № 13-51-120/13 от 03.06.2003) – 1 полугодие и фиксируются в «Портфолио обучающегося начальной школы» в разделе №4 «Мои учебные достижения». Со второго полугодия вводится цифровое оценивание.

#### Критерии и нормы оценки знаний обучающихся по физической культуре

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

***Классификация ошибок и недочетов,*** ***влияющих на снижение оценки***

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

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

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

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

***Характеристика цифровой оценки (отметки)***

***Оценка «5»*** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

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

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

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

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

*По основам знаний.*

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся ис­пользовать знания применительно к конкретным случаям и практи­ческим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демон­стрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся неболь­шие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутст­вует логическая последовательность, имеются пробелы в мате­риале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выпол­нения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод по­сле значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и с несколькими ответами на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении.

Весьма эффективным методом проверки знаний является де­монстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы с выполнением конкретного комплекса и т. п.

*По технике владения двигательными действиями (умения­ми, навыками).*

Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно, в надлежащем темпе, легко и четко.

Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.

Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких оши­бок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

**Содержание программы учебного курса (2 класс)**

**1. Знания о физической культуре**

**Физическая культура*.***

Что такое физическая культура. Основные способы передвижения человека.

**Из истории физической культуры*.***

Возникновение первых соревнований. Современные олимпийские игры.

**Физические упражнения*.***

Укрепление здоровья средствами за­каливания. Правила проведения зака­ливающих процедур. Представление о физических качествах. Что такое физическая нагрузка

**2. Способы физкультурной деятельности.**

**Самостоятельные занятия.** Комплексы упражнений для развития физической подготовленности.

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.**

Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.**

Народные подвижные игры: «Филин и пташки», «Краски», «Горелки».

Игры и развлечения в зимнее время года: «Снежный ком», «Строим иглу», «Попади в мишень».

Игры и развлечения в летнее время года: «Шишки, желуди, орехи», «Пятнашки», «Светофор».

**3. Физическое совершенствование**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.**

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки.

Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

**Спортивно-оздоровительная деятельность*.***

***Гимнастика с основами акробатики «Бодрость, грация, координация»***

|  |  |
| --- | --- |
| Основная направленность | Программный материал |
| Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных, силовых способностей и гибкости | Общеразвивающие упражнения с большими и малыми мячами, гимнастической палкой, набивным мячом (1 кг), обручем, флажками |
| Освоение акробатических упражнений и развитие координационных способностей | Кувырок вперед; стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев; кувырок в сторону |
| Освоение висов и упоров, развитие силовых и координационных способностей | Упражнения в висе стоя и лежа; в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног; вис на согнутых руках; подтягивание в висе лежа согнувшись, тоже из седа ноги врозь и в висе на канате; упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на коне, бревне, гимнастической скамейке |
| Освоение навыков лазанья и перелезания, развитие координационных и силовых способностей, правильную осанку | Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе, подтягиваясь руками; по гимнастической; стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног; перелезание через гимнастическое бревно (высота до 60 см); лазанье по канату |
| Освоение навыков в опорных прыжках, развитие координационных, скоростно-силовых способностей | Перелезание через гимнастического коня |
| Освоение навыков равновесия | Стойка на двух одной ноге с закрытыми глазами; на бревне (высота 60 см) на одной двух ногах; ходьба по рейке гимнастической скамейки и по бревну; перешагивание через набивные мячи и их переноска; повороты кругом стоя и при ходьбе на носках и на рейке гимнастической скамейки |
| Освоение танцевальных упражнений и развитие координационных способностей | III позиция ног; танцевальные шаги переменный, польки; сочетание танцевальных шагов с ходьбой |
| Освоение строевых упражнений | Размыкание и смыкание приставными шагами; перестроение из колонны по одному в колонну по два, из одной шеренги в две; передвижение в колонне по одному  на указанные орентиры; команда «На два (четыре) шага разомкнись!» |
| Освоение общеразвивающих упражнений без предметов, развитие координационных способностей, силы и гибкости, а также правильной осанки | Основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении.  Сочетание движений ног, туловища с одноименньтми и разноименными движениями рук.  Комбинации (комплексы) общеразвивающих упражнений различной координационной сложности |
| На знания о физической культуре | Названия снарядов и гимнастических элементов, правила безопасности во время занятий, признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки, значение напряжения и расслабления мышц, личная гигиена, режим дня, закаливание |
| Самостельные занятия | Выполнение освоенных общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, упражнений на снарядах, акробатическях упражнений на равновесие, такцевальных упражнений. |

***Легкая атлетика «Бег, ходьба, прыжки, метание»***

|  |  |
| --- | --- |
| Основная направленность | Программный материал |
| Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей | Обычная, на носках, на нитках, в полуприседе, с различным положением рук, под счет учителя, коротким, средним и длинным шагом.  Сочетание различных видов ходьбы: с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 2—3 препятствий по разметкам |
| Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей | Обычный бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом; в чередовании с ходьбой до 150 м; с преодолением препятствий (мячи, палки и т. п.); по размеченным участкам дорожки, челночньий бег 3х5, 3х10 м; эстафеты с бегом на скорость |
| Совершенствование навыков бега и развитие выносливости | Равномерный, медленный до 4 мин.  Кросс по слабопересеченной местности до 1 км |
| Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей | Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета» (расстояние 5—15 м).  Бег с ускорением от 10 до 20 м.  Соревнования (до 60 м) |
| Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей | На одной и на двух ногах на месте, с поворотом на на 180°, по разметкам; в длину с места; в длину с разбега, с зоны огггалкивания  60—70 см; с высоты до 40 см; в высоту  с 4—5 шагов разбега, с места и с небольшого разбега, с доставанием подвешенных предметов; через длинную вращающуюся и короткую скакалку многоразовые (до 8 прыжков) |
| Закрепление навыков прыжков,  развитие скоростно-силовых и координационных  способностей | Прыжки через стволы деревьев, земляные возвышения и т. п., в парах. Преодоление естественных препятствий |
| Овладение навыками метания, развитие скоро-силовых и координационных  Способностей | Метание малого мяча с места, из положения стоя  грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние; в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4— 5 м; на дальность отскока от пола и от стены,  Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперед - вверх, из положения стоя грудью в направлении метания; снизу вперед-вверх из тогоже и.п. на дальность |
| На знания о физической культуре | Понятия: короткая дистанция, эстафета, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и в высоту |
| Самостоятельные занятия | Равномерный бег до 6 мин.  Соревнования на короткие дистанции (до 30 м).  Прыжковые упражнения на одной и двух ногах.  Прыжки через небольшие естественные вертикальные (высотой 40 см) и горизонтальные (до 100 см) препятствия.  Броски больших и малых мячей, других легких предметов на дальность и в цель (правой и левой рукой) |

***Лыжные гонки «Все на лыжи!»***

|  |  |
| --- | --- |
| Основная направленность | Программный материал |
| На освоение  техники лыжных ходов | Переноска и надевание лыж, ступающий и скользящий шаг без палок и с палками. Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвижение на лыжах до 1,5 км |
| На знания о физической культуре | Основные требования к одежде и обуви во время занятий, значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливания, особенности дыхания, требования к температурному режиму, понятие об обморожении, техника безопасности при занятиях лыжами |

***Подвижные и спортивные игры «Играем все!»***

|  |  |
| --- | --- |
| Основная направленность | Программный материал |
| На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | «К своим флажкам»  «Два мороза»  «Пятнашки» |
| На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | «Прыгаюшие воробушки»  «Зайцы в огороде»  «Лисы и куры» |
| На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | «Прыгаюшие воробушки»  «Зайцы в огороде»  «Лисы и куры» |
| На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве | «Прыгаюшие воробушки»  «Зайцы в огороде»  «Лисы и куры» |
| На закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей | «Кто дальше бросит»  «Точный расчет»  «Метко в цель» |
| На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча | Ловля, передача, броски и ведение мяча индивидуально, в парах стоя на месте и в шаге. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч). Ведение мяча (правой, левой в движении по прямой (шагом и бегом) |
| На закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска  и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве | «Играй, играй, мяч не теряй»  «Мяч водящему»  «У кого меньше мячей»  «Школа мяча»  «Мяч в корзину»  «Попали в обруч» |
| На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями | При соответствующей игровой подготовке можно проводить в 1 и 2 классах  «Борьба за мяч»  «Перестрелка»  «Мини-баскетбол»  Варианты игры в футбол |
| На знания о физической культуре | Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности |
| Самостоятельные занятия | Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы и темы | Распределение программного материала во 2 классе | | | | |
| Всего кол-во часов | *четверть* | | | |
| ***1*** | ***2*** | ***3*** | ***4*** |
| 1 | Знания о физической культуре | **4** | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2 | Способы физкультурной деятельности | **5** | 1 | 1 | 2 | 1 |
| 3 | Физическое совершенствование | **93** |  |  |  |  |
| 3.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность | 3 | 1 | 2 | - | - |
| 3.2 | Спортивно-оздоровительная деятельность\*: | **90** |  |  |  |  |
| 3.2.1 | - гимнастика с основами акробатики«Бодрость, грация, координация». | 16 | 2 | 14 | - | - |
| 3.2.2 | - легкая атлетика«Бег, ходьба, прыжки, метание». | 26 | 11 | - | - | 15 |
| 3.2.3 | - лыжные гонки «Все на лыжи!»\* | 18 | - | - | 18 | - |
| 3.2.4 | - подвижные и спортивные игры«Играем все!» | 30 | 11 | 3 | 9 | 7 |
| 3.2.5 | -плавание (по примерной программе 22 часа) | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 3.2.6 | ***Количество часов в год*** | **102** | **27** | **21** | **30** | **24** |

\*Данный раздел в МБОУ Митьковская СОШ может корректироваться в декабре-марте в зависимости от природных условий (может быть увеличено(уменьшено) количество часов на тему лыжные гонки «Все на лыжи!» за счёт сокращения (увеличения) часов по темам «Гимнастика с основами акробатики«Бодрость, грация, координация» и «Лёгкая атлетика«Бег, ходьба, прыжки, метание». Из-за отсутствия соответствующих условий тема «Плавание», на изучение которой в примерной программе выделяется 22 часа, в МБОУ Митьковская СОШ не реализуется.

**Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры во 2 классе**

**(102 урока)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | | | | | **Тема урока** | **Виды учебной деятельности, формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся** | |
| **план** | | | **факт** | |
| 1 четверть (27) | | | | | | | | |
| 1. Знания о физической культуре (1) | | | | | | | | |
| 1 | | 5.09 | |  | | Урок-игра. Что такое физическая культура. Основные способы передвижения человека. | Раскрывают понятие «физическая культура» и ана­лизируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укреп­ление здоровья и развитие человека.  Выявляют различия в основных способах передвижения человека.  *Фронтальный опрос.*  Физическая культура как систе­ма регулярных занятий физически­ми упражнениями, выполнение зака­ливающих процедур, использование естественных сил природы. Связь физической культуры с укреп­лением здоровья (физического, соци­ального и психологического) и влия­ние на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, со­циальное). Роль и значение занятий физической культурой и поддержание хорошего здоровья для успешной учёбы и соци­ализации в обществе.  Ходьба, бег прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека | |
| 2. Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 2. 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность (1) | | | | | | | | |
| 2 | | 6.09 | |  | | Урок-игра. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки. | Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Характеризуют влияние общеразвивающих упражнений  на организм.  *Фронтальный Опрос.* Комплекс упражнений без предметов в сюжетно- ролевой игре | |
| 2.2.Спортивно- оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *2.2.1. Гимнастика «Бодрость, грация, координация» (2)* | | | | | | | | |
| 3 | | 7.09 | |  | | Урок-игра. Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Обучение: основная стойка, построение в колонну, шеренгу. Подвижная игра «Быстро по местам». | Точно выполняют строевые приемы.  *Текущий. Корректировка движений.*  Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ)-сюжетно-ролевой №1. Показ и объяснение основной стойки: пятки вместе, носки развёрнуты на ширину стопы, колени выпрямить; голову держать прямо, плечи слегка отвести назад и свободно опустить; руки выпрямит вдоль туловища, пальцы полусогнуть, большой палец - на середине бедра. Стойка принимается по команде «Становись!» и «Смирно!». | |
| 4 | | 12.09 | |  | | Урок-игра. Обучение: размыкание и смыкание, передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры. Подвижная игра «К своим флажкам». | Точно выполняют строевые команды и приемы.  *Предварительный контроль: прыжок в длину с места. Корректировка движений.*  Размыкание и смыкание приставными шагами влево и в права.  Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ)- сюжетно- ролевой №1. После объяснения, дать команду «На два (четыре) шага разомкнись!», по которой все учащиеся, кроме стоящего справа, отходят влево, одновременно поднимая руки в стороны, до тех пор, пока концами пальцев поднятых в стороны рук не будут касаться пальцев рук соседей справа и слева. Передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры. Подвижная игра «К своим флажкам» | |
| *2.2.2. Лёгкая атлетика «Бег, ходьба, прыжки, метание» (11)* | | | | | | | | |
| 5 | 13.09 | | |  | | Урок-игра. Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Обучение: ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, коротким, средним и длинным шагом.  Подвижная игра «Быстро по своим местам». | Различают разные виды ходьбы.  Осваивают ходьбу под счет  *Текущий. Корректировка техники ходьбы.*  Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ)- сюжетно- ролевой №1. Ходьба обычная на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом. Ходьба по кругу в колонну по одному; ходьба на пятках; ходьба на носках; ходьба на внутренней и внешней стороне стопы; ходьба, высоко поднимая колени.  Развитие координационных способностей | |
| 6 | 14.09 | | |  | | Обучение различным видам ходьбы и их сочетанию: с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе. Подвижная игра «Слушай сигнал». | Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения. Моделируют сочетание различных видов ходьбы.  Осваивают умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.  *Текущий. Корректировка техники ходьбы.*  ОРУ с хлопками в ладоши. Сочетание различных видов ходьбы: с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением 2-3 препятствий по разметкам. Развитие координационных способностей. | |
| 7 | 19.09 | | |  | | Обучение: обычный бег, бег с изменением направления движения, бег в чередовании с ходьбой до 150м. Подвижная игра «Кошки - мышки». | Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения. Различают разные виды бега, меняют направление во время бега, оценивают свое состояние.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ с хлопками в ладоши. Обычный бег, бег с изменение направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Бег в чередовании с ходьбой до 150м. Бег в колонну по одному 1минута. Понятие *короткая дистанция.* Подвижная игра «Кошки - мышки». Развитие скоростных и координационных способностей. | |
| 8 | 20.09 | | |  | | Спортивный марафон.  Бег с преодолением препятствий. Подвижная игра «С кочки на кочку». | Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ с хлопками в ладоши. Бег с преодолением препятствий (мячи, палки и т. п.), по размеченным участкам дорожки. Бег с изменениями движения по сигналу. Подвижная игра «С кочки на кочку». Развитие скоростных и координационных способностей. | |
| 9 | 21.09 | | |  | | Урок-игра. Обучение технике челночного бега 3\*5 м. Подвижная игра «Третий лишний». | Знакомятся с челночным бегом. Осваивают правила выполнения.  Проявляют качества выносливости при выполнении челночного бега.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ. Техника челночного бега 3\*5 м. По команде учителя: «Марш!» - взять кубик, бежать до указанной линии, поставить кубик на линию. Возвратившись обратно сделать тоже самое со вторым кубиком. Подвижная игра «Третий лишний». Развитие скоростных и координационных способностей | |
| 10 | 26.09 | | |  | | Эстафеты. Обучение технике бега с ускорением от 10 до 20 м. Подвижная игра «Быстро в круг». | Развивают выносливость, умение распределять силы.  Развивают умение чередовать бег с ходьбой.  Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.  *Текущий. Корректировка техники ходьбы.*  ОРУ. Бег с ускорение от 10 до 20 м. Подвижная игра «Быстро в круг». Развитие скоростных и координационных способностей | |
| 11 | 27.09 | | |  | | Урок-игра. Обучение: прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». | Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.  *Текущий. Корректировка техники прыжков.*  ОРУ. Имитация прыжков животных и птиц. Прыжки на одной и двух ногах на месте, с поворотом на 180 градусов, с продвижением вперед на одной и двух ногах, по разметкам. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростных и координационных способностей | |
| 12 | 28.09 | | |  | | Урок-игра. Обучение технике прыжка в длину с места, с высоты до 40 см. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдают правила безопасности.  *Текущий. Корректировка техники прыжков.*  ОРУ. Прыжки в длину с места, с высоты до 40 см. Разучить исходное положение. Рассказать о фазах прыжка в длину с места: 1) толчок 2) полет 3) приземление.  Основное внимание уделить правильному отталкиванию и мягкому приземлению. При этом обратить внимание на правильную координацию тела во время прыжка.   1. Выполнить прыжок одновременно, стоя в шеренгу 2. Выполнить 2 прыжка вперед 3. Провести игру «Кто дальше прыгнет?»   Выполнить 3 прыжка вперед, стоя в шеренгу. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей | |
| 13 | 3.10 | | |  | | Обучение технике броска набивного мяча (0,5 кг) двумя руками в направлении метания; на дальность. Подвижная игра «Метко в цель». | Знакомятся с броском большого мяча на дальность из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения.  *Текущий.Корректировка техники бросков.*  ТБ при метании набивного мяча. ОРУ с теннисным мячом. Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперед - вверх, из положения стоя грудью в направлении метания; снизу вперед-вверх из тогоже и.п. на дальность. Рассказ, показ броска мяча из положения сидя.   1. Имитация броска из положения сидя 2. Бросок набивного мяча 3-4 раза.   Подвижная игра «Метко в цель». Развитие скоростно-силовых и координационных способностей | |
| 14 | 4.10 | | |  | | Повторение техники броска набивного мяча (0,5 кг) двумя руками в направлении метания; на дальность. Подвижная игра «Подвижная цель». | Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  *Текущий. Корректировка техники бросков.*  ОРУ с предметом (с теннисным мячом). Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперед - вверх,  из положения стоя грудью в направлении метания; снизу вперед-вверх из того же и.п. на дальность.  Рассказ, показ броска мяча из положения сидя.  1.Имитация броска из положения сидя  2.Бросок набивного мяча 3-4 раза.  Подвижная игра «Подвижная цель». Развитие скоростно-силовых и координационных способностей | |
| 15 | 5.10 | | |  | | Совершенствование техники бега: бег до 3 мин. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?». | Развивают выносливость, умение распределять силы, умение чередовать бег с ходьбой.  Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ. Медленный бег до 4 мин. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг? Развитие выносливости | |
| *2.2.3. Подвижные и спортивные игры «Играем все!» (11)* | | | | | | | | |
| 16 | 10.10 | | |  | | Урок-игра. Инструктаж по технике безопасности на уроках подвижных игр. Повторение навыков бега в подвижных играх «Два мороза», «К своим флажкам». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Следят за выполнением правил игры. Соблюдают правила безопасности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  ОРУ. Повторение техники бега. Подвижные игры «Два мороза», «К своим флажкам». развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве | |
| 17 | 11.10 | | |  | | Урок-игра. Повторение навыков в прыжках в подвижных играх «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  ОРУ. Повторение техники прыжка в длину с места. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве. | |
| 18 | 12.10 | | |  | | Урок-игра. Повторение навыков в метания в подвижных играх «Метко в цель», «Точный расчет». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Моделируют игровые ситуации.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  ОРУ. Повторение техники метания мяча. Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей | |
| 19 | 17.10 | | |  | | Урок-игра. Обучение: правила проведения эстафет, передача эстафетной палочки. | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *Текущий. Следить за выполнением эстафет*.  ОРУ. Правила проведения эстафет, правила передачи эстафетной полочки. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей | |
| 20 | 18.10 | | |  | | Урок-игра. Повторение: правила проведения эстафет, передача эстафетной палочки . | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *Текущий. Следить за выполнением эстафет.*  ОРУ. Правила проведения эстафет, правила передачи эстафетной полочки. Эстафеты с мячом. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей. | |
| 21 | 19.10 | | |  | | Эстафеты «Веселые старты». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, управляют ими.  *К.Н. –поднимание туловища за 30 сек. Следить за выполнением эстафет.*  ОРУ. Правила проведения эстафет, правила передачи эстафетной полочки. Эстафеты «Веселые старты». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей | |
| 22 | 24.10 | | |  | | Обучение: способы броска мяча. Подвижная игра «Охотники и утки». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности.  *Текущий.*  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с большим мячом). Бросок волейбольного мяча от груди, снизу, от плеча. Подвижная игра «Охотники и утки» | |
| 23 | 25.10 | | |  | | Упражнения на повторение способов броска мяча. Подвижная игра «Охотники и утки». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Моделируют игровые ситуации.  *Текущий. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с большим мячом). Бросок волейбольного мяча от груди, снизу, от плеча. Работа в парах, группах. Подвижная игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей | |
| 24 | 26.10 | | |  | | Обучение технике передачи мяча через сетку. Игровые задания 1\*1; 2\*2, 3\*3. | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Выполняют бросок в парах. Развивают способность к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве  *Текущий. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с большим мячом). Передача мяча через сетку. Игровые задания 1\*1; 2\*2, 3\*3 на закрепление броска мяча через сетку. | |
| 25 | 8.11 | | |  | | Повторение техники передачи мяча через сетку. Элементы игры «Пионербол». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Выполняют бросок в парах. Развивают способность к дифференцированию параметров движений, реакцию, ориентирование в пространстве  *Текущий. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с большим мячом). Передача мяча через сетку. Элементы игры «Пионербол». | |
| 26 | 9.11 | | |  | | Совершенствование техники передачи мяча через сетку. Элементы игры «Пионербол». | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Выполняют бросок в парах. Развиваютспособность к дифференцированию параметров движений, реакцию, ориентирование в пространстве.  *Текущий. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с большим мячом). Передача мяча через сетку. Элементы игры «Пионербол». | |
| 3. Способы физкультурной деятельности | | | | | | | | |
| *3.1. Самостоятельные игры и развлечения* *(1)* | | | | | | | | |
| 27 | 14.11 | | |  | | Народные подвижные игры: «Филин и пташки», «Краски», «Горелки». | | Общаются и взаимодействуют со сверстниками в игровой деятельности. Организуют и проводят подвижные игры  *Текущий. Следить за выполнением правил игр.*  ОРУ. Русские народные игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками. Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других.  Игры «Филин и пташки», «Краски», «Горелки», «Пятнашки, ноги от земли», «Кот и мышь», «Гуси» и др. |
| **2 четверть (21)** | | | | | | | | |
| 1. Знания о физической культуре (1) | | | | | | | | |
| 28 | 15.11 | | |  | | Возникновение первых соревнований. Современные олимпийские игры. | | Объясняют смысл символики и ритуалов Олимпий­ских игр. Определяют цель возрождения Олимпийских игр. Объясняют роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения. Называют известных рос­сийских и зарубежных чемпионов Олимпийских игр.  *Фронтальный опрос.*  Исторические сведения о развитии современных Олимпийских игр (лет­них и зимних). Роль Пьера де Кубертена в их становлении. Идеалы и символика Олимпийских игр. Олим­пийские чемпионы по разным видам спорта |
| 2. Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 2. 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность (2) | | | | | | | | |
| 29 | 16.11 | | |  | | Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Подвижная игра «Не давай мяча водящему». | | Осваивают умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки |
| 30 | 21.11 | | |  | | Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз. | | Осваивают умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы дыхательных упражнений. Упражнения для глаз |
| 2.2. Спортивно- оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *2.2.1. Гимнастика «Бодрость, грация, координация» (14)* | | | | | | | | |
| 31 | 22.11 | | |  | | Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Обучение: строевым командам «Ш*агом марш!*», «Класс, стой!». | | Различают и выполняют строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!»,  «Равняйсь!», «Стой!».  Осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке.  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки. Строевые команды «Ш*агом марш!*», «Класс, стой!». Повторение перестроению в круг. П.И. «У ребят порядок строгий» |
| 32 | 23.11 | | |  | | Обучение: перестроение из одной шеренги в две; повороты направо, налево. Подвижная игра «День и ночь». | | Различают строевые команды. Характеризуют строевые упражнения как совместные действия учащихся, необходимые для предупреждения травматизма на уроках физической культуры.  Объясняют и демонстрируют технику выполнения строевых команд.  Называют способы построения и различают их между собой.  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки. Перестроение из одной шеренги в две; повороты направо, налево, строевые командам «Ш*агом марш!*», «Класс, стой!». Подвижная игра «День и ночь» |
| 33 | 28.11 | | |  | | Обучение: висы лежа и стоя. Подвижная игра «Волк во рву». | | Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок, соблюдают правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику.  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки. Висы лежа и стоя; в висе спиной к стене поднимание согнутых ног; вис на согнутых руках.  Подводящие упражнения для лазания по канату:   1. Вис на согнутых руках (5-6 секунд) 2. На гимнастической стенке поднимать согнутые ноги (5-6 раз)   3. Сидя на гимнастической скамейке, захватить ногами гимнастическую палку, имитируя захват каната.  Развитие силовых и координационных способностей |
| 34 | 29.11 | | |  | | Обучение: перестроение из колонны по одному в колонну по два. Подвижная игра «Охотники и утки». | | Выполняють организующие команды по распоряжению учителя.  Соблюдают дисциплину и четко взаимодействуют с товарищами при выполнении строевых упражнений (например, во время построения в шеренгу и перестроения из шеренги в колонну; при передвижении строем и т.п.).  *Текущий. Корректировка движений.*  Комплексы упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки. Повторение: перестроение в круг; повороты направо, налево. Перестроение из колонны по одному в колонну по два |
| 35 | 30.11 | | |  | | Обучение: упражнения в упоре лежа и стоя на коленях, на гимнастической скамейке. Эстафеты с мячами. | | Описывают технику гимнастических упражнений, предупреждая появление ошибок, соблюдают правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (со скакалкой). Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на бревне, гимнастической скамейке. Развитие силовых и координационных способностей |
| 36 | 5.12 | | |  | | Обучение технике лазания по гимнастической стенке, по наклонной скамейке. Подвижная игра «Караси и щука». | | Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в лазании, анализируют их технику. Выявляют характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивают технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка). Проявляют качества координации при выполнении упражнений.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (со скакалкой). Лазание по гимнастической стенке с одновременны перехватом рук и перестановкой ног.  Рассказ. Показ. Обратить внимание на работу рук и ног.  Лазание по гимнастической стенке, стоя в колоннах по одному.  Лазание по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях, и лежа на животе, подтягиваясь руками.  Лазание по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Показ лазания по наклонной скамейке.  Передвижения производить одноименным способом (правая рука, правая нога), затем разноименным способом (правая рука, левая нога).  Подвижная игра «Караси и щука». Развитие координационных и силовых способностей, правильную осанку |
| 37 | 6.12 | | |  | | Обучение технике перелезания через гимнастического коня; через горку матов. Подвижная игра «Два мороза». | | Оказывают помощь сверстникам в освоении упражнений в перелезании, анализируют их технику. Выявляют характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивают технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).  *К.Н.- сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (со скакалкой). Перелезание через гимнастического коня, перелезание через горку матов (гимнастическое бревно- высота до 60 см).  Использовать поточный методом с помощью учителя.  Подвижная игра «Два мороза». Развитие координацион ных, скоростно-силовых способностей |
| 38 | 7.12 | | |  | | Обучение технике ходьбы по гимнастической скамейке: перешагивание через мячи, повороты кругом стоя и при ходьбе; ходьба по рейке гимнастической скамейки. | | Проявляют качества координации при выполнении упражнений.  Выявляют характерные ошибки в выполнении упражнений. Описывают технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах, составляют комбинации из числа разученных упражнений. Осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с гимнастической палкой).  Упражнения на равновесие:   1. Стойка на носках 2. Стойка на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке) 3. Ходьба по гимнастической скамейке 4. Перешагивание через мячи.   Подвижная игра «К своим флажкам». Развитие координационных способностей |
| 39 | 12.12 | | |  | | Урок – соревнование. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания. | | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Демонстрируют полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдают правила техники безопасности.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с гимнастической палкой).  Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания. Развитие координационных способностей |
| 40 | 13.12 | | |  | | Обучение технике группировки, переката в группировке, стойке на лопатках согнув ноги. Подвижная игра «Пятнашки». | | Осваивают универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке.  *К.Н.- наклон вперед из положения сидя. Корректировка движений*.  ОРУ с предметом (с гимнастической палкой).  Группировка; перекаты в группировке.   1. Рассказ. Показ. 2. Группировка из положения стоя   Группировка из положения лёжа на спине.  Рассказ. Показ переката.   1. В группировке 2. Лёжа на животе   Из упора стоя на коленях  Стойка на лопатках согнув ноги; из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев |
| 41 | 14.12 | | |  | | Обучение технике кувырка вперед. Подвижная игра «Лисы и куры». | | Описывают технику акробатических упражнений.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с гимнастической палкой).  Техника кувырка вперед. Подвижная игра «Лисы и куры». Развитие координационных способностей |
| 42 | 19.12 | | |  | | Повторение техники кувырка вперед. Подвижная игра «Салки ноги от земли». | | Описывают технику разучиваемых упражнений и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику, выявляют ошибки.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с флажками).  Техника кувырка вперед. Подвижная игра «Салки ноги от земли». Развитие координационных способностей |
| 43 | 20.12 | | |  | | Обучение технике кувырка в сторону. Подвижная игра «Перетягивание каната». | | Описывают технику разучиваемых упражнений и составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений, анализируют их технику, выявляют ошибки.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с флажками).  Техника кувырка вперед. Подвижная игра «Перетягивание каната». Развитие координационных способностей |
| 44 | 21.12 | | |  | | Обучение танцевальным упражнениям: шаги переменный и польки; сочетание танцевальных шагов с ходьбой. | | Описывают технику танцевальных упражнений и составляют комбинацию из их числа. Осваивают технику танцевальных упражнений, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых музыкальных упражнений.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ с предметом (с флажками).  Танцевальные упражнения: шаг с прискоком, приставные шаги, шаг галопа в сторону. Танцевальные шаги: переменный, польки; сочетание танцевальных шагов с ходьбой. Развитие координационных способностей |
| 3.Способы физкультурной деятельности (1) | | | | | | | | |
| 3.1. Самостоятельные наблюдения (1) | | | | | | | | |
| 45 | 26.12 | | |  | | Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. | | Учатся правильно оценивать свое самочувствие и контролируют, как их организмы справляются с физической нагрузкой. Измеряют показатели частоты сердечных сокращений. Характеризуют нагрузку по показателям ЧСС.  *Фронтальный опрос.*  Комплекс утренней гимнастики. Бег по учебному кругу. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений |
| 4. 1.Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 4. 1. Спортивно - оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *4.1.1.Подвижные игры «Играем все!» (3)* | | | | | | | | |
| 46 | 27.12 | | |  | | Повторение гимнастических навыков в подвижных играх: «Бой петухов», «Эстафета с обручами». | | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  *К.Н- прыжок в длину с места. Следить за выполнением правил игры.*  Комплекс утреней зарядки №1. Подвижные игры «Бой петухов», «Эстафета с обручами». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 47 | 9.1 | | |  | | Повторение гимнастических навыков в подвижных играх: «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей». | | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры*.  Комплекс утреней зарядки №1. Подвижные игры «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» |
| 48 | 10.1 | | |  | | Повторение техники броска мяча в парах, группах. Подвижная игра «Охотники и утки». | | Общаются и взаимодействуют в игровой деятельности. Называют правила подвижных игр и выполняют их в процессе игровой деятельности. Подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявляют смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  Моделируют игровые ситуации.  *Текущий. Корректировка техники и точности действий*.  Комплекс утреней зарядки №2. Бросок волейбольного мяча от груди, снизу, от плеча. Подвижная игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей |
| 3 четверть (30) | | | | | | | | |
| 1.Знания о физической культуре (1) | | | | | | | | |
| 49 | 11.1 | | |  | | Укрепление здоровья средствами за­каливания. Правила проведения зака­ливающих процедур. Игра «Проверь себя». | | Узнают правила проведения закаливающих процедур. Анализируют правила безопасности при проведении закаливающих процедур. Дают оценку своему уровню закалённости с по­мощью тестового задания «Проверь себя». Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников.  *Фронтальный опрос.*  Укрепление здоровья средствами за­каливания. Правила проведения зака­ливающих процедур.  Игра «Проверь себя» на усвоение правил закаливания |
| 2. Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 2.1. Спортивно- оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *2.1.1.Лыжные гонки* «*Все на лыжи!»* (18) | | | | | | | | |
| 50 | 16.01 | | |  | | Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Лыжная строевая подготовка. | | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.  Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Фронтальный опрос.* Разминка лыжника. Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Основные требования к одежде и обуви во время занятий, значение занятий лыжами для укрепления здоровья и закаливания, требования к температурному режиму, понятие об обморожении. Рассказ о правилах переноски лыж, о порядке надевания лыж. Лыжная строевая подготовка. Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 51 | 17.01 | | |  | | Обучение: построение в шеренгу с лыжами в руках, переноска и надевание лыж, ступающему шагу. | | Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками. Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  Учить технике ступающего шага без палок и с палками.  Построение с лыжами в руках, укладка лыж на снег и надевание креплений. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Построение в шеренгу с лыжами в руках. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.  Рассказ, Показ ступающего шага. Прохождение дистанции до 400м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости. |
| 52 | 18.01 | | |  | | Обучение технике скользящего шага без палок. Подвижная игра «Шире шаг». | | Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками. Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Техника скользящего шага без палок.  Рассказ и показ скользящего шага.  Скользящий шаг: перенос массы тела, наклон туловища, движение маховой ноги, согласованность движений рук и ног, отталкивание ногой, одноопорное скольжение. Прохождение дистанции до 400м.  Подвижная игра «Шире шаг». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 53 | 23.01 | | |  | | Повторение техники скользящего шага без палок. Подвижная игра «На одной лыже». | | Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками. Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Техника скользящего шага без палок.  Рассказ и показ скользящего шага.  Скользящий шаг: перенос массы тела, наклон туловища, движение маховой ноги, согласованность движений рук и ног, отталкивание ногой, одноопорное скольжение. Повторить скользящий шаг при прохождении дистанции на учебном кругу. Прохождение дистанции до 400м.  Подвижная игра «На одной лыже». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 54 | 24.01 | | |  | | Обучение технике скользящего шага с палками. Подвижная игра «Накаты». | | Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками. Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Скользящий шаг с палками.  Повторить скользящий шаг при прохождении дистанции на учебном кругу до 400 м.  Подвижная игра «Накаты». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 55 | 25.01 | | |  | | Повторение техники скользящего шага с палками. Подвижная игра «Шире шаг». | | Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками. Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Совершенствовать скольжение с палками с ритмичной работой рук и хорошей амплитудой. Прохождение дистанции до 500м.  Подвижная игра «Шире шаг». Развитие координационных способностей, силы и выносливости. |
| 56 | 30.01 | | |  | | Совершенствование техники скользящего шага: эстафета с этапом до 30-40м без палок, с палками. | | Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Выполнять организующие.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Команды, стоя на месте, и при передвижении. Совершенствовать скольжение с палками. Игры, эстафеты с этапом до 30-40м без палок, с палками.  Повторить скользящий шаг при прохождении дистанции на учебном кругу. Прохождение дистанции до 500м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 57 | 31.01 | | |  | | Совершенствование техники скользящего шага: соревнования в парах «Лыжные гонки». | | Описывать технику передвижения на лыжах. Выполнять организующие команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Совершенствовать скольжение с палками. Соревнования в парах «Лыжные гонки». Прохождение дистанции до 600м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 58 | 1.02 | | |  | | Обучение технике поворотов на месте переступанием вокруг пяток, носков лыж. Подвижная игра «Кто самый быстрый». | | Осваивать технику поворотов. Проявлять координацию при выполнении поворотов.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Техника поворотов на месте переступанием вокруг пяток, носков лыж. Перенос массы тела в повороте переступанием на месте.  Рассказ. Показ.  Повороты переступанием. Применяют как на равнинных участках. Чтобы выполнить поворот на месте, необходимо сосредоточить массу тела на лыже, противоположной повороту. Поворот выполняется вокруг пяточек лыж.  Подвижная игра «Кто самый быстрый». Прохождение дистанции до 700м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 59 | 6.02 | | |  | | Повторение техники поворотов на месте переступанием вокруг пяток, носков лыж. | | Объяснять технику выполнения поворотов. Проявлять координацию при выполнении поворотов. Выполнять организующие.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Команды, стоя на месте, и при передвижении. Техника поворотов на месте переступанием вокруг пяток, носков лыж.  Рассказ. Показ.  Повороты переступанием применяют как на равнинных участках. Чтобы выполнить поворот на месте, необходимо сосредоточить массу тела на лыже, противоположной повороту. Поворот выполняется вокруг пяточек лыж. Прохождение дистанции до 800м.  Подвижная игра «Кто самый быстрый».  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 60 | 7.02 | | |  | | Обучение технике подъема и спуска под уклон. Подвижная игра «Воротики». | | Осваивать технику спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении спусков и подъемов. Учить подъёму на пологий склон «лесенкой». Выполнять организующие  команды, стоя на месте, и при передвижении.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Подъем и спуски под уклон. Подъём «лесенкой», спуски под уклон в высокой стойке. Прохождение дистанции до 800м.  Подвижная игра «Воротики». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 61 | 8.02 | | |  | | Повторение техники подъёма и спуска под уклон. Подвижная игра «Гармошка». | | Осваивать технику спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении спусков и подъемов.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Подъем и спуски под уклон. Подъём «лесенкой», спуски под уклон в высокой стойке. Прохождение дистанции до 1000м.  Подвижная игра «Гармошка». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 62 | 13.02 | | |  | | Совершенствование техники подъёма и спуска под уклон. Подвижная игра «Кто дальше проскользит». | | Объяснять технику спусков и подъемов. Проявлять координацию при выполнении спусков и подъемов.  *Тематический контроль: оценка техники спуска и подъема. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Подъёма и спуска под уклон. Подъём «лесенкой», спуски под уклон в высокой стойке. Прохождение дистанции до 1200м.  Подвижная игра «Кто дальше проскользит». Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 63 | 14.02 | | |  | | Соревнования в парах до 10-20 м. Подвижная игра «На одной лыже». | | Умение демонстрировать силу, выносливость и технику передвижения на лыжах. Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.  *Текущий. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Соревнования в парах без палок, с палками, со спуском и подъемом. Прохождение дистанции до 900м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 64 | 15.02 | | |  | | Совершенствование лыжных шагов: соревнования на дистанции 500 м. | | Умение демонстрировать силу, выносливость и технику передвижения на лыжах. Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.  *Тематический контроль: оценка техники выполнения скользящего шага. Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Соревнования на дистанции 500 м. Прохождение дистанции до 900м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 65 | 20.02 | | |  | | Совершенствование лыжных шагов: ходьба на дистанции до 1 км. Подвижная игра «Веер». | | Проявлять выносливость при прохождении дистанции разученными способами передвижения. Проявлять скорость выносливость.  *Текущий.Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Ходьба на дистанцию до 1 км. Подвижная игра «Веер». Развитие силы и выносливости. |
| 66 | 21.02 | | |  | | Совершенствование лыжных шагов: эстафета с этапом до 50-80м без палок, с палками, со спуском и подъемом. | | Умение демонстрировать силу, выносливость и технику передвижения на лыжах. Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.  *Текущий.Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Эстафета с этапом до 50-80м без палок, с палками, со спуском и подъемом Прохождение дистанции до 1300м.  Развитие координационных способностей, силы и выносливости |
| 67 | 22.02 | | |  | | Развитие выносливости: прохождение дистанции до 1,5 км. Игра «Прокатись дальше». | | Проявлять выносливость при прохождении дистанции разученными способами передвижения. Проявлять скорость выносливость.  *Текущий.Корректировка движений.*  Разминка лыжника. Ходьба на дистанцию до 1,5 км. Подвижная игра «Веер». Развитие силы и выносливости. |
| 3. Способы физкультурной деятельности | | | | | | | | |
| *3.1. Самостоятельные игры и развлечения.* *(1)* | | | | | | | | |
| 68 | 27.02 | | |  | | Игры и развлечения в зимнее время года: «Снежный ком», «Строим иглу», «Попади в мишень.» | | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.  *Следить за выполнением правил игры.*  Разминка лыжника. Игры на лыжах: «Снежный ком», «Строим иглу», «Попади в мишень», «Схвати палку» и др. |
| 4. Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 4.1. Спортивно- оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *4.1.1. Подвижные игры «Играем все!» (9)* | | | | | | | | |
| 69 | 28.02 | | |  | | Инструктаж по ТБ на уроках подвижных игр. Обучать технике передвижения баскетболиста; ловле мяча на месте. | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом).   1. Разучить комплекс упражнений в парах с баскетбольным мячом. Имитация стойки игрока по сигналу учителя. 2. Рассказ, показ стойки игрока на месте   Передача мяча в парах на месте:  *От груди:* взять мяч двумя руками, локти отвести в стороны, повернуть мяч вверх на себя. Корпус слегка отклонить назад. «Выстрелить» кистями с одновременным движением вперёд рук. Кисти после «выстрела» - броска выворачиваются наружу.  *Приём:* ловля мяча – руки согнуты в локтях и опущены до уровня груди. Кисти с разведёнными и чуть согнутыми пальцами разведены в стороны и выставлены ладонями навстречу мячу. Мяч встретить расслабленными кистями и вместе с мячом отвести их к груди, охватив мяч и гася скорость мяча.   1. Имитация Ловли и передачи мяча на месте   2. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Повторить 6-8 раз.  П.И. «Пятнашки без мяча».  Развитие координации, точности реакции. |
| 70 | 1.03 | | |  | | Повторение техники ловли мяча на месте и передаче. Подвижная игра «Пятнашки с мячом» | | Освоить передачу баскетбольного мяча. Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Имитация ловли и передачи мяча на месте. Бросание мяча вверх и ловля его после отскока. Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей. |
| 71 | 6.03 | | |  | | Совершенствование техники ловли и передачи мяча на месте. Подвижная игра «Передал – уйди». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча.  *К.Н. –Поднимание туловища за 30 сек. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Ловля и передача мяча на месте (перед шеренгой стоит водящий и передаёт мяч по очереди). Упражнение «Передал – уйди» (выполнять в колоннах). Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 72 | 7.03 | | |  | | Обучение технике ведения мяча на месте. Подвижная игра «Овладей мячом». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча.  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Рассказать о положении туловища при ведении мяча. Имитация без мяча. Ведение мяча на месте правой рукой; левой рукой. Подвижная игра «Овладей мячом». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 73 | **8.03** | | |  | | Повторение техники ведения мяча на месте. Подвижная игра «Угадай цифру». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча.  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Рассказать о положении туловища при ведении мяча.  Имитация без мяча. Ведение мяча на месте правой рукой; левой рукой. Подвижная игра «Угадай цифру». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 74 | 13.03 | | | Обучение технике ведения мяча в движении. Подвижная игра «Пятнашки с ведением». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча.  *К.Н. - наклон вперед из положения сидя. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Ведение мяча правой, левой рукой на месте.  Ведение мяча правой, левой рукой в движении. Подвижная игра «Пятнашки с ведением». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 75 | 14.03 | | |  | | Повторение техники ведения мяча в движении. Подвижная игра «Школа мяча». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча.  *Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Ведение мяча правой, левой рукой на месте.  Ведение мяча правой, левой рукой в движении. Подвижная игра «Школа мяча». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 76 | 15.03 | | |  | | Совершенствование техники ведения мяча с обводкой стоек. Эстафеты с баскетбольным мячом. | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Освоить ведение баскетбольного мяча. Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  *Тематический контроль: оценка техники передач и ведения мяча. Корректировка техники и точности действий.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Совершенствование техники ведения мяча с обводкой стоек. Эстафеты с баскетбольным мячом. Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 77 | 20.03 | | |  | | Игры на совершенствование держания, передач и ведения мяча: «Мяч водящему», «У кого меньше мячей». | | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.  Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  ОРУ с предметом (с баскетбольным мячом). Повторить технику передач и ведения мяча в упражнениях. Подвижные игры: «Мяч водящему», «У кого меньше мячей» |
| 5. Способы физкультурной деятельности | | | | | | | | |
| *5.1. Самостоятельные занятия (1)* | | | | | | | | |
| 78 | 21.03 | | |  | | Комплексы упражнений для развития физической подготовленности. | | Самостоятельно выполнять комплексы упражнений с учетом их целей: на развитие силы, быстроты и выносливости.  *Текущий. Корректировка движений.*  Работа по станциям в группах. Выполнение на станциях упражнений направленных на развитие физических качеств (передачи мяча в парах на время, прыжок в длину с места, поднимание туловища из положения лежа и др.) |
| 4 четверть (24) | | | | | | | | |
| 1. Знания о физической культуре (1) | | | | | | | | |
| 79 | 3.04 | | |  | | Представление о физических качествах. Что такое физическая нагрузка. | | Различают упражнения на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости).  Учатся правильно оценивать своё самочувствие и контролируют, как их организмы справляются с фи­зическими нагрузками. Определяют основные показатели физического раз­вития и физических способностей и выявляют их прирост в течение учебного года. Характеризуют величину нагрузки по показателям частоты сердечных сокращений.  *Фронтальный опрос.*  Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.  Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений |
| 2. Физическое совершенствование | | | | | | | | |
| 2.1. Спортивно- оздоровительная деятельность | | | | | | | | |
| *2.1.1. Лёгкая атлетика «Бег, ходьба, прыжки, метание» (15)* | | | | | | | | |
| 80 | 4.04 | | |  | | Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. Обучение: прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку многоразовые. | | Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности. Развитие скоростно- силовых и координационных способностей.  *К.Н.- сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Корректировка техники прыжков.*  Комплекс утренние гимнастики №2.  Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку многоразовые (до 8 прыжков). Игры со скакалкой: «Классики», «Удочка». Развитие координации и силы |
| 81 | 5.04 | | |  | | Обучение технике прыжка в высоту с места, с 4-5 шагов разбега. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». | | Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.  *Текущий. Корректировка техники прыжков.*  Комплекс утренние гимнастики №2.  Прыжки в высоту с места, с 4-5 шагов разбега. Рассказ.  Прыжки в высоту с прямого разбега поточным методом. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Развитие кондиционных и координационных способностей |
| 82 | 10.04 | | |  | | Повторение техники прыжка в высоту с места, с 4-5 шагов разбега. Подвижная игра «Удочка». | | Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения прыжковых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.  *Текущий. Корректировка техники прыжков.*  Комплекс утренние гимнастики №2.  Прыжки в высоту с места, с 4-5 шагов разбега. Рассказ.  Прыжки в высоту с прямого разбега поточным методом. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Развитие кондиционных и координационных способностей |
| 83 | 11.04 | | |  | | Обучение технике метания малого мяча в цель с расстояния 4 -5 м. Подвижная игра «Метко в цель». | | Описывают технику метания малого мяча разными способами, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения.  *Текущий. Корректировка техники метания.*  ОРУ с предметом (с теннисным мячом).  Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 4— 5 м; на дальность отскока от пола и от стены.   1. Рассказ и показ учителя 2. Имитация метания мяча на месте под счёт учителя.   3. Метания мяча под счёт учителя.  Подвижная игра «Метко в цель». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей |
| 84 | 12.04 | | |  | | Обучение технике метания малого мяча с места на дальность; соревнованиям на короткой дистанции. Подвижная игра «Точный бросок». | | Осваивают технику метания малого мяча разными способами ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения.  Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.  *Текущий. Корректировка техники метания.*  ОРУ с предметом (с теннисным мячом).  1.Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. Рассказ и показ учителя   1. Имитация метания мяча на месте под счёт учителя.   3. Метания мяча под счёт учителя.  Соревнования на короткой дистанции. Подвижная игра «Точный бросок». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей. |
| 85 | 17.04 | | |  | | Повторение техники метания малого мяча с места на дальность; бег на дистанции 10 -20 м. | | Осваивают технику метания малого мяча разными способами ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения.  Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.  *Текущий. Корректировка техники метания.*  ОРУ с предметом (с теннисным мячом).  1. Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. Рассказ и показ учителя  2. Имитация метания мяча на месте под счёт учителя.  3. Метания мяча под счёт учителя.  Бег на дистанции 10 -20 м. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей. |
| 86 | 18.04 | | |  | | Совершенствование техники метания малого мяча с места на дальность; соревнованиям дистанции 30м. Подвижная игра «Попади в цель». | | Описывают технику метания малого мяча разными способами, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе усвоения.  Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.  *Тематический контроль: оценка техники выполнения метания мяча на дальность. Корректировка техники метания.*  ОРУ с предметом (с теннисным мячом).  Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания.  Имитация метания мяча на месте под счёт учителя.  Метания мяча под счёт учителя.  Соревнования на короткой дистанции 30м. Подвижная игра «Попади в цель». Владения мячом и развитие кондиционных и координационных способностей. |
| 87 | 19.04 | | |  | | Повторение техники бега с ускорением от 10 до 15 м.; бега с преодолением препятствий. Контрольный норматив - бег 30м. Эстафета «Смена сторон». | | Развитие выносливости, умения распределять силы.  Умение чередовать бег с ходьбой.  *К.Н. - бег 30м*. *Корректировка техники бега.*  ОРУ в движении. Бег с ускорением от 10 до 15 м.; бег с преодолением препятствий. Эстафета «Смена сторон». Развитие скорости и выносливости |
| 88 | 24.04 | | |  | | Игра - соревнования 60м. Эстафета «Круговая эстафета». | | Описывают технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивают взаимодействие в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила ТБ при выполнении беговых упражнений.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ в движении. Игра - соревнования в парах до 60 м. Эстафета «Круговая эстафета» Развитие скорости и быстроты реакции |
| 89 | 25.04 | | |  | | Повторение техники бега по размеченным участкам дорожки. Контрольный норматив - челночный бег 3\*10 м. Эстафета «Вызов номеров». | | Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Корректировка техники бега.  *К.Н.- челночный бег 3\*10 м. Фиксирова­ние резуль­татов.*  ОРУ в движении. Бег по размеченным участкам дорожки, челночный бег 3\*10 м. Эстафета «Вызов номеров». Развитие скорости и выносливости |
| 90 | 26.04 | | | Совершенствование навыка бега: равномерный бег до 4 мин. Эстафета «Вызов номеров». | | Применять беговые упражнения для развития координационных способностей. Выбирают индивидуальный темп передвижения, контролирует темп бега по частоте сердечных сокращений.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ в движении. Медленный бег до 3 мин. Бег в колонну по одному, соблюдая дистанцию. Эстафета «Вызов номеров». Развитие выносливости. |
| 91 | **1.05** | | |  | | Обучать технике прыжка в длину с разбега. Подвижная игра «Попрыгунчики воробушки». | | Осваивать технику прыжков различными способами.  Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. *Текущий. Корректировка техники прыжка*.  ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега (место отталкивания не обозначено) с приземлением на обе ноги, с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия. Подвижная игра «Попрыгунчики воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств |
| 92 | **2.05** | | | Повторить технику прыжка в длину с разбега. Подвижная игра «Волк во рву». | | Повторяют технику прыжков различными способами.  Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.  *Текущий. Корректировка техники прыжка*.  ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега (место отталкивания не обозначено) с приземлением на обе ноги, с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия. Подвижная игра «Волк во рву». Развитие быстроты реакции, скорости |
| 93 | **3.05** | | |  | | Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега. Подвижная игра «Прыжки по линиям». | | Повторяют технику прыжков различными способами.  Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.  *Текущий. Корректировка техники прыжка.* ОРУ в движении. Прыжки с разбега (место отталкивания не обозначено) с приземлением на обе ноги, с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия.  Подвижная игра «Прыжки по линиям». Развитие силы, скорости |
| 94 | 8.05 | | | Совершенствование навыков бега: бег 1 км. | | Применять беговые упражнения для развития координационных способностей. Выбирают индивидуальный темп передвижения, контролирует темп бега по частоте сердечных сокращений.  *Текущий. Корректировка техники бега.*  ОРУ в движении. Бег 1 км. Бег в колонну по одному, соблюдая дистанцию. Эстафета «Вызов номеров». Развитие выносливости |
| *2.1.2. Подвижные игры «Играем все!» (7)* | | | | | | | | |
| 95 | | | **9.05** | |  | Обучение подвижной игре «Знамя». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  Комплекс утренней гимнастики №3. Правила и содержание игры «Знамя». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 96 | | | **10.05** | | Закрепление подвижной игры «Знамя». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *К.Н.- подтягивание на высокой/низкой перекладине. Корректировка движений. Следить за выполнением правил игры.*  Комплекс утренней гимнастики №3. Правила и содержание игры «Знамя». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 97 | | | 15.05 | |  | Обучение технике ведения футбольного мяча. Подвижная игра «Мяч на полу». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Текущий.*  Комплекс утренней гимнастики №3. Техника ведения футбольного мяча. Подвижная игра «Мяч на полу». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 98 | | | 16.05 | | Повторение техники ведения футбольного мяча. Подвижная игра «Мяч на полу». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *К.Н. 6-ти минутный бег. Корректировка движений.*  ОРУ. Техника ведения футбольного мяча. Подвижная игра «Мяч на полу». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 99 | | | 17.05  22.05 | |  | Обучение технике удара по футбольному мячу с места, с разбега. | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Текущий. Корректировка движений.*  ОРУ. Техника удара по футбольному мячу с места, с разбега. Футбольные эстафеты. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 100 | | |  | Повторение правил проведения эстафет. Футбольные эстафеты. | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *К.Н. –прыжок в длину с места. Следить за выполнением правил эстафет.*  ОРУ. Повторение правил проведения эстафет. Эстафеты с мячами Эстафеты с мячами. Игра «Бросай - поймай». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 101 | | | 23.05 | |  | Совершенствование правил проведения эстафет. Эстафета «Веселые старты». | | Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.  Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.  *Текущий. Следить за выполнением правил.*  ОРУ в движении. Совершенствование правил проведения эстафет. Эстафета «Веселые старты». Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно- силовых способностей |
| 3. Способы физкультурной деятельности | | | | | | | | |
| *3.1. Самостоятельные занятия (1)* | | | | | | | | |
| 102 | | | 24.05 | |  | Игры и развлечения в летнее время года: «Шишки, желуди, орехи», «Пятнашки», «Светофор». | | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.  *Текущий. Следить за выполнением правил игры.*  ОРУ в движении. Повторить игры по выбору учащихся, ранее изученных на уроках физкультуры ,а также «Шишки, желуди, орехи», «Пятнашки», «Светофор», «Игры с мячом» . Правила ПДД и поведения на водоемах в летнее |

**Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре во II классе**

# (в соответствии с приказом Министерства образования и науки РФ от 4 октября 2010 г. N 98 "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений")

Для характеристики количественных показателей используются следующие символические обозначения:

Д - демонстрационный экземпляр (1 экземпляр на класс);

К - полный комплект (на каждого ученика класса);

Ф - комплект для фронтальной работы (1 экземпляр на двух учеников);

П - комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5 - 6 человек).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения** | **Количество** |
| **Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)** | | |
| 1. | Стандарт начального общего образования по физической культуре - сайт Минобрнауки РФ: http// [www.mon.gov.ru/](http://www.mon.gov.ru/) (версия в распечатанном виде) | Д |
| 2. | Примерная программа начального общего образования по физической культуре - сайт Минобрнауки РФ: http// [www.mon.gov.ru/](http://www.mon.gov.ru/) (версия в распечатанном виде) | Д |
| 3. | Авторская программа по физической культуре. Рабочие программы. Физическая культура. 1-4 классы по предметной линии учебников под редакцией В.И.Ляха - М.: Просвещение, 2011 | Д |
| 4. | Учебно-методические комплекты по программе, выбранной в качестве основной для проведения уроков изобразительного искусства.  УМК под редакцией В.И.Ляха по физической культуре для 1-4 классов | К |
| 5. | Учебник по физической культуре  Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2011 | К |
| 6. | Рабочая тетрадь:  -Андреева, Е.А., Разваляева Н.В. Портфолио обучающегося начальной школы/Авт.-сос. Е.А.Андреева, Н.В.Разваляева.-М.:Планета,2012 | К |
| 7. | Методические пособия (рекомендации к проведению уроков физической культуры)   1. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (Серия «Работаем по новым стандартам») – М.: Просвещение, 2011 2. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В.Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы. 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2011 3. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. Методическое пособие. –М.: Просвещение, 2011 4. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы. Поурочные разработки 1,2,3,4 классы. – М.: Просвещение, 2011 5. Ковалева Г.С., Логинова О.Б. Оценка достижения планируемых результатов в начальной школе: Пособие для учителя. В 3-х частях. - М.: Просвещение, 2010г 6. Воронцов А.Б., Заславский В.М. , Егоркина С.В. Проектные задачи в начальной школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010. | Д |
| 8. | Методические журналы по физической культуре «Начальная школа», «Физкультура в школе» | Д |
| 9. | Учебно-наглядные пособия   1. Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности. 2. Методические плакаты 3. Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта, олимпийского движения | Ф Д |
| **Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование** | |  |
| 1 | Стенка гимнастическая |  |
| 2 | Брёвна гимнастические (напольное и высокое) |  |
| 3 | Козёл, конь, перекладина, мост, скамейка, коврик, маты, скакалки, обручи гимнастические |  |
| 4 | Канат для лазания |  |
| 5 | Мячи: набивные, малые (теннисные), волейбольные, для ручного мяча и т.д. |  |
| 6 | Маты гимнастические |  |
| 7 | Скакалки гимнастические |  |
| 8 | Палки гимнастические |  |
| 9 | обручи гимнастические |  |
| 10 | Оборудование по темам «Лёгкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры» (в соответствии с программой В.И.Ляха) |  |
| 11 | Измерительные приборы |  |
| 12 | Аптечка медицинская |  |