

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа для 2 класса по физической культуре составлена на основе ФГОС НОО, Примерной основной образовательной программы НОО, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15), Основной образовательной программы начального общего образования (ООП НОО) МОУ СШ № 117, введенной в действие Приказом МОУ СШ № 117 от 31.08.2015 г. № 183 ОД, авторской программы «Физическая культура» Ляха В.И., Зданевича А.А. 1-4 класс.

**Цель:** формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи:**

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Курс рассчитан на 102 часа (в неделю – 3 часа).

**Для реализации программы используются учебники и учебно-методические пособия:**

1. Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2014 г.
2. Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2013.

Оценка метапредметных и предметных результатов проводится в ходе выполнения упражнений образовательно-обучающей и образовательно-тренировочной направленности.

Согласно Уставу МОУ СШ № 117 Волгограда, текущая аттестация учащихся включает в себя поурочное и потемное оценивание предметных результатов освоения программы и проводится по пятибалльной системе отметок со II полугодия. Промежуточная (годовая) аттестация проводится на основе триместровых отметок.

## **Универсальные учебные действия учащихся (УУД)**

### **Личностные**

#### **Учащиеся научатся:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

### **Метапредметные УУД**

#### **Познавательные**

#### **Учащиеся научатся:**

- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.

#### **Коммуникативные**

#### **Учащиеся научатся:**

- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

#### **Регулятивные**

#### **Учащиеся научатся:**

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами.

**Предметными результатами** изучения курса «Физическая культура» во 2 классе является формирование следующих умений:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техническом уровне, характеристика признаков технического исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 2 класса

| № п/п                 | Тема урока   | Тип урока                 | Виды деятельности  | Планируемые результаты  |   |  | Дата |      |
|-----------------------|--------------|---------------------------|--|---|---|--|------|------|
|                       |              |                           |  | Предметные  | Метапредметные  | Личностные   | план | факт |
| Легкая атлетика (11ч) |              |                           |  |   |   |  |      |      |
| 1                     | Ходьба и бег | Вводный                   | Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20м. Игра «Пятнашки». ОРУ | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м). Развитие скоростных и координационных способностей. | <i>Познавательные:</i><br>характеристика поведения, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i><br>обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i><br>Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |      |      |
| 2                     | Ходьба и бег | Комплексный               | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением 30м. Игра «Пятнашки». Челночный бег. ОРУ                                       |   |   |  |      |      |
| 3-4                   | Ходьба и бег | Комплексный               | Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30м. Игра «Пустое место». Челночный бег. ОРУ                     |   |   |  |      |      |
|                       |              | Комплексный               |  |   |   |  |      |      |
| 5                     | Ходьба и бег | Комплексный               | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 60м. Игра «Вызов номеров». Челночный бег. ОРУ.  |   |   |  |      |      |
| 6                     | Прыжки       | Изучение нового материала | Прыжки с поворотом на 180 град. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег.                                      |   |   |  |      |      |
| 7                     | Прыжки       | Комплексный               | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Игра «К   |   |   |  |      |      |

|                            |                      |                           |   |  |  |  |  |  |
|----------------------------|----------------------|---------------------------|---|--|--|--|--|--|
|                            |                      |                           | своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег.  | приземляться в яму на две ноги.  |  |  |  |  |
| 8                          | Прыжки               | Комплексный               | Прыжок с высоты (до 40см). ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег.  | Развитие скоростных и координационных способностей   |  |  |  |  |
| 9                          | Метание              | Изучение нового материала | Метание малого мяча в горизонтальную цель (2*2м) с расстояния 4-5м. ОРУ. Эстафеты. П/игра «Защита укрепления».                      | Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей |  |  |  |
| 10                         | Метание              | Комплексный               | Метание малого мяча в вертикальную цель (2*2м) с расстояния 4-5м. Метание набивного мяча ОРУ. Эстафеты. П/игра «Защита укрепления». | Развитие скоростно-силовых способностей  |  |  |  |  |
| 11                         | Метание              | Комплексный               | Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2*2м) с расстояния 4-5м. Метание набивного мяча ОРУ. Эстафеты.            |  |  |  |  |  |
| Кроссовая подготовка (14ч) |                      |                           |   |  |  |  |  |  |
| 12-13                      | Кроссовая подготовка | Комплексный               | Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний»  | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом. Развитие  | <i>Познавательные:</i> характеристика поведения, его объективная оценка на основе      | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в |  |  |
|                            |                      | Комплексный               |   |  |  |  |  |  |

|       |                      |             |  |  |  |  |  |  |
|-------|----------------------|-------------|--|--|--|--|--|--|
| 14-15 | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 4 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба 100м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний»    | выносливости.  | освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i><br>обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i><br>Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности | достижении поставленных целей  |  |  |
|       |                      | Комплексный |  |  |  |  |  |  |
| 16-17 | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 5 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Пустое место».     | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом.<br>Развитие выносливости. |  | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей |  |  |
|       |                      | Комплексный |  |  |  |  |  |  |
| 18-19 | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 6 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Салки с выручкой». |  |  |  |  |  |
|       |                      | Комплексный |  |  |  |  |  |  |
| 20-21 | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 7 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Рыбаки и рыбки».   |  |  |  |  |  |
|       |                      | Комплексный |  |  |  |  |  |  |
| 22-23 | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 8 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «День и ночь».      |  |  |  |  |  |
|       |                      | Комплексный |  |  |  |  |  |  |

|                |                                    |                           |  |  |   |  |  |  |  |
|----------------|------------------------------------|---------------------------|--|--|---|--|--|--|--|
| 24-25          | Кроссовая подготовка               | Комплексный               | Равномерный бег 9 мин<br>Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м).<br>Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Команда быстроногих».  |  |   |  |  |  |  |
|                |                                    | Комплексный               |  |  |   |  |  |  |  |
| Гимнастика 18ч |                                    |                           |  |  |   |  |  |  |  |
| 26             | Акробатика.<br>Строевые упражнения | Изучение нового материала | Размыкание и смыкание приставными шагами.<br>Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги.<br>Кувырок в сторону. ОРУ.<br>Игра «Запрещенное движение». Инструктаж по ТБ.                 | Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.<br>Развитие координационных способностей.<br>Знать правила поведения при занятиях гимнастикой. | <i>Познавательные:</i><br>характеристика поведения, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i><br>обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i><br>Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |  |
| 27             | Акробатика.<br>Строевые упражнения | Совершенствования         | Размыкание и смыкание приставными шагами.<br>Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги.<br>Кувырок в сторону. ОРУ.<br>Игра «Запрещенное движение». Название гимнастических снарядов. |  |   |  |  |  |  |
| 28             | Акробатика.<br>Строевые упражнения | Совершенствования         | Размыкание и смыкание приставными шагами.<br>Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги.<br>Кувырок в сторону. ОРУ.<br>Игра «Фигуры».   |  |   |  |  |  |  |



|       |                                    |                           |   |   |   |  |  |  |
|-------|------------------------------------|---------------------------|---|---|---|--|--|--|
| 29    | Акробатика.<br>Строевые упражнения | Совершенствования         | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Игра «Фигуры».   |   | взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности   |  |  |  |
| 30-31 | Акробатика.<br>Строевые упражнения | Совершенствования         | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Игра «Светофор». |   | <i>Познавательные:</i> понимание и принятие цели, сформулированной педагогом.<br><i>Регулятивные:</i> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве и учителем. | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |
|       |                                    | Совершенствования         |   |   |   |  |  |  |
| 32-33 | Висы.<br>Строевые упражнения       | Изучение нового материала | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка».                      | Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе.<br>Развитие силовых способностей. |   |  |  |  |
|       |                                    | Совершенствования         |   |   |   |  |  |  |
| 34    | Висы.<br>Строевые упражнения       | Совершенствования         | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал».               | Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе.<br>Развитие силовых способностей. |   |  |  |  |
| 35    | Висы.<br>Строевые упражнения       | Совершенствования         | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и                        | Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе.<br>Развитие силовых               | <i>Коммуникативные:</i> Умение договариваться и приходить к общему решению  |  |  |  |

|       |                           |                           |   |  |  |  |  |  |
|-------|---------------------------|---------------------------|---|--|--|--|--|--|
|       |                           |                           | прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами Игра «Слушай сигнал».   | способностей.  | в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия.  |  |  |  |
| 36-37 | Висы. Строевые упражнения | Совершенствования         | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами Игра «Ветер, дождь, гром, молния». | Уметь: выполнять висы, подтягивания в висе. Развитие силовых способностей.                                       |  |  |  |  |
|       |                           | Совершенствования         |   |  |  |  |  |  |
| 38    | Опорный прыжок, лазание   | Изучение нового материала | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка»  | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Развивать координационные способности. | <i>Познавательные:</i> понимание и принятие цели, сформулированной педагогом.<br><i>Регулятивные:</i> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |
| 39    | Опорный прыжок, лазание   | Совершенствования         | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Иголочка и ниточка»   |  |  |  |  |  |
| 40    | Опорный прыжок, лазание   | Комплексный               | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?»  |  |  |  |  |  |

|    |                         |                   |  |  |  |  |  |  |
|----|-------------------------|-------------------|--|--|--|--|--|--|
| 41 | Опорный прыжок, лазание | Комплексный       | Перешагивание через гимнастические мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Кто приходил?»  | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Развивать координационные способности. | материале в сотрудничестве и учителем.<br><i>Коммуникативные:</i> Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия. |  |  |  |
| 42 | Опорный прыжок, лазание | Комплексный       | Перешагивание через гимнастические мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Слушай сигнал». | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Развивать координационные способности. |  | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |
| 43 | Опорный прыжок, лазание | Совершенствования | Перешагивание через гимнастические мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом  | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. Развивать координационные              |  |  |  |  |

|                    |                   |                       |   |  |   |   |  |  |
|--------------------|-------------------|-----------------------|---|--|---|---|--|--|
|                    |                   |                       | и перестановкой рук.<br>Перелезание через коня,<br>бревно. Игра «Слушай<br>сигнал». | способности.   |   |   |  |  |
| Подвижные игры 18ч |                   |                       |   |  |   |   |  |  |
| 44-<br>45          | Подвижные<br>игры | Комплексный           | ОРУ. Игры «К своим<br>флажкам», «Два мороза».<br>Эстафеты.                          | Уметь: играть в<br>подвижные игры<br>с бегом,<br>прыжками,<br>метанием.<br>Развивать<br>скоростно-<br>силовые<br>способности | <i>Познавательные:</i><br>понимание и<br>принятие цели,<br>сформулированно<br>й педагогом.<br><i>Регулятивные:</i><br>Принимать и<br>сохранять<br>учебную задачу;<br>учитывать<br>выделенные<br>учителем<br>ориентиры<br>действия в новом<br>учебном<br>материале в<br>сотрудничестве и<br>учителем.<br><i>Коммуникативны<br/>е:</i> Умение<br>договариваться и<br>приходить к<br>общему решению<br>в совместной<br>деятельности; | Активное<br>включение в<br>общение и<br>взаимодействие<br>со<br>сверстниками<br>на принципах<br>уважения,<br>доброжелатель<br>ности и<br>взаимопомощи |  |  |
|                    |                   | Совершенствов<br>ания |   |  |   |   |  |  |
| 46-<br>47          | Подвижные<br>игры | Комплексный           | ОРУ. Игры «Прыгуны и<br>пятнашки», «Невод».<br>Эстафеты.                            |  |   |   |  |  |
|                    |                   | Совершенствов<br>ания |   |  |   |   |  |  |
| 48-<br>49          | Подвижные<br>игры | Совершенствов<br>ания | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди»,<br>«Посадка картошки».<br>Эстафеты.                        |  |   |   |  |  |
|                    |                   | Совершенствов<br>ания |   |  |   |   |  |  |
| 50-<br>51          | Подвижные<br>игры | Совершенствов<br>ания | ОРУ. Игры «Прыжки по<br>полоскам», «Попади в мяч».<br>Эстафеты.                     | Уметь: играть в<br>подвижные игры<br>с бегом,<br>прыжками,<br>метанием.<br>Развивать<br>скоростно-<br>силовые<br>способности |   |   |  |  |
|                    |                   | Совершенствов<br>ания |   |  |   |   |  |  |
| 52-<br>53          | Подвижные<br>игры | Совершенствов<br>ания | ОРУ. Игры «Веревочка под<br>ногами», «Вызов номеров».<br>Эстафеты.                  |  |   |   |  |  |
|                    |                   | Совершенствов<br>ания |   |  |   |   |  |  |
| 54-<br>55          | Подвижные<br>игры | Совершенствов<br>ания | ОРУ. Игры «Западня»,<br>«Конники-спортсмены».                                       |  |   |   |  |  |

|   |                              |                           |  |   |   |  |  |  |  |
|---|------------------------------|---------------------------|--|---|---|--|--|--|--|
|   |                              | Совершенствования         | Эстафеты.  |   | использовать речь для регуляции своего действия.  |  |  |  |  |
| 56-57                                   | Подвижные игры               | Комплексный               | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты.                                   |   |   |  |  |  |  |
|   |                              | Совершенствования         |  |   |   |  |  |  |  |
| 58-59                                   | Подвижные игры               | Совершенствования         | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.                                  |   |   |  |  |  |  |
|   |                              | Комплексный               |  |   |   |  |  |  |  |
| 60-61                                   | Подвижные игры               | Совершенствования         | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.                                  |   |   |  |  |  |  |
|   |                              | Совершенствования         |  |   |   |  |  |  |  |
| Подвижные игры на основе баскетбола 24ч |                              |                           |  |   |   |  |  |  |  |
| 62                                      | Подвижные игры на основе б/б | Изучение нового материала | Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. ОРУ. Игра «Попади в обруч».                   | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Развивать координационные способности. | <i>Познавательные:</i> понимание и принятие цели, сформулированной педагогом.<br><i>Регулятивные:</i> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве и | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |  |
| 63-64                                   | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный               | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель. ОРУ. Игра «Попади в обруч». |   |   |  |  |  |  |
|   |                              | Комплексный               |  |   |   |  |  |  |  |
| 65-66                                   | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный               | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель. ОРУ. Игра «Попади в обруч». |   |   |  |  |  |  |
|   |                              | Комплексный               |  |   |   |  |  |  |  |
| 67-68                                   | Подвижные игры на            | Комплексный               | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте.  | Уметь: владеть мячом (держать,  |   |  |  |  |  |

|       |                              |             |   |  |   |                      |  |  |
|-------|------------------------------|-------------|---|--|---|----------------------|--|--|
|       | основе б/б                   | Комплексный | Броски в цель. ОРУ. Игра «Передал-садись».  | передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр.                                | учителем.<br><i>Коммуникативные:</i> Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия. |                      |  |  |
| 69-70 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель(щит). ОРУ. Игра «Мяч- среднему».  | Развивать координационные способности.   |   |                      |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель(щит). ОРУ. Игра «Мяч- соседу».  |  |   |                      |  |  |
| 71    | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель(щит). ОРУ. Игра «Мяч- соседу».  | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. |   |                      |  |  |
| 72-73 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Мяч- соседу».                         | Развивать координационные способности.   |   |                      |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Эстафеты. Игра «Передача мячей в колоннах». |  |   |                      |  |  |
| 74-75 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Эстафеты. Игра «Передача мячей в колоннах». |  |   |                      |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте  |  |   |                      |  |  |
| 76-77 | Подвижные игры на            | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте  | Уметь: владеть мячом (держать,   | <i>Познавательные:</i>  | Активное включение в |  |  |

|       |                              |             |   |   |   |   |  |  |
|-------|------------------------------|-------------|---|---|---|---|--|--|
|       | основе б/б                   | Комплексный | правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Передача мячей в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол.   | передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Развивать координационные способности.                                | характеристика поведения, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i> обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i> | общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности и взаимопомощи |  |  |
| 78-79 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Развивать координационные способности. | <i>Коммуникативные:</i> Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности   |   |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. |   |   |   |  |  |
| 80-81 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Развивать координационные способности. | <i>Коммуникативные:</i> Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности   |   |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Школа мяча».                                     |   |   |   |  |  |
| 82-83 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Школа мяча».                                     | Уметь: владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Развивать координационные способности. | <i>Коммуникативные:</i> Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности   |   |  |  |
|       |                              | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в   |   |   |   |  |  |
| 84-85 | Подвижные игры на основе б/б | Комплексный | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой в   |   |   |   |  |  |

|                         |                      |             |  |   |   |  |  |  |
|-------------------------|----------------------|-------------|--|---|---|--|--|--|
|                         |                      | Комплексный | движении. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».  |   |   |  |  |  |
| Кроссовая подготовка 7ч |                      |             |  |   |   |  |  |  |
| 86                      | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний» | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом. Развитие выносливости. | <i>Познавательные:</i><br>характеристика поведения, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i><br>обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i><br>Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей |  |  |
| 87                      | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 4 мин. Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Третий лишний» | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом. Развитие выносливости. |   |  |  |  |
| 88-89                   | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 5-6 мин. Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Пятнашки»    |   |   |  |  |  |
|                         |                      | Комплексный | Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Пятнашки»  |   |   |  |  |  |
| 90-91                   | Кроссовая подготовка | Комплексный | Равномерный бег 7-8 мин. Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Два мороза»   | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом. Развитие выносливости. |   |  |  |  |
|                         |                      | Комплексный | Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Два мороза»  |   |   |  |  |  |
| 92                      | Кроссовая            | Комплексный | Равномерный бег 9мин.  | Уметь: бегать в   |   |  |  |  |



|                     |              |             |  |   |   |  |  |  |
|---------------------|--------------|-------------|--|---|---|--|--|--|
|                     | подготовка   |             | Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Игра «Вызов номеров» | равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом. Развитие выносливости.   |   |  |  |  |
| Легкая атлетика 10ч |              |             |  |   |   |  |  |  |
| 93-94               | Ходьба и бег | Комплексный | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий.                              | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м). Развитие скоростных и координационных способностей. | <i>Познавательные:</i><br>характеристика поведения, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.<br><i>Регулятивные:</i><br>обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов и исправлений.<br><i>Коммуникативные:</i><br>Общение и взаимодействие со сверстниками на | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей |  |  |
|                     |              | Комплексный | Бег с ускорением 30м. Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег                                       |   |   |  |  |  |
| 95-96               | Ходьба и бег | Комплексный | Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30м. Игра «Вызов номеров». ОРУ.  | Развитие скоростных и координационных способностей.   |   |  |  |  |
|                     |              | Комплексный | Челночный бег  |   |   |  |  |  |
| 97                  | Прыжки       | Комплексный | Прыжки с поворотом на 180 град. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег.      | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках;   |   |  |  |  |
| 98                  | Прыжки       | Комплексный | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег.                         | правильно приземляться в яму на две ноги.   |   |  |  |  |

|     |              |             |   |  |   |  |  |  |
|-----|--------------|-------------|---|--|---|--|--|--|
| 99  | Прыжки       | Комплексный | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег.   | Развитие скоростных и координационных способностей                       | принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности | Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей |  |  |
| 100 | Метание мяча | Комплексный | Метание малого мяча в горизонтальную цель (2*2м) с расстояния 4-5м. ОРУ. Эстафеты. П/игра «Кто дальше бросит».                      | Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные |   |  |  |  |
| 101 | Метание мяча | Комплексный | Метание малого мяча в вертикальную цель (2*2м) с расстояния 4-5м. Метание набивного мяча ОРУ. Эстафеты. П/игра «Кто дальше бросит». | предметы и мячи на дальность с места из различных положений              |   |  |  |  |
| 102 | Метание мяча | Комплексный | Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты.                                    | Развитие скоростно-силовых способностей                                  |   |  |  |  |