

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Георгиевская средняя общеобразовательная школа»
Алтайский край, Локтевский район

Рассмотрено: Руководитель ШМО учителей начальных классов <i>Бессен</i> Бебекина С.В. Протокол № <u>1</u> от <u>«24» августа</u> 2015г	Согласовано: Зам. директора по УВР <i>ВВ</i> Верменичева М.А. <u>«25» августа</u> 2015 г.	Утверждаю: Директор школы <i>Зинчен</i> Т.П.Зинчен ко Приказ № <u>46/1</u> от « <u> </u> » <u> </u> 2015 г.
--	---	--

Рабочая программа учебного предмета

**«Физическая культура»
образовательная область
«Физическая культура»**

**2 класс, начальное общее образование, базовый уровень
на 2015 - 2016 учебный год**

Рабочая программа составлена на основе программы по физической культуре
для 2 класса. Автор: В.И. Лях – М.: «Просвещение», 2013 год

**Разработана: Егоровой Л. А,
учителем начальных классов**

с. Георгиевка 2015 год

Пояснительная записка.

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования и авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год.

Обоснование выбора УМК

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Физическая культура совместно с другими предметами решает одну из важных проблем – проблему здоровья ребенка.

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 определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода. В учебниках «Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, реализующим технологию проблемного диалога. Начиная с 2-3 класса, введены проблемные ситуации, стимулирующие учеников к постановке целей, даны вопросы для актуализации необходимых знаний, приведён вывод, к которому ученики должны прийти на уроке. Деление текста на рубрики позволяет научить учащихся составлению плана. Наконец, при подаче материала в соответствии с этой технологией само изложение учебного материала носит проблемный характер. Учебники «Физическая культура» нацелены на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий

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

Задачи обучения:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

Ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств.

Характеристика учебного курса

Знания о физической культуре

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

Способы физической деятельности

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Легкая атлетика

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

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

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

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

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход.

Спуски в основной стойке.

Подъем «лесенкой».

Торможение «плугом».

Подвижные игры

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

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

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».

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

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

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Технологии: игровая, информационно-коммуникационная, здоровьесберегающая, компетентностно-ориентированная.

Методы: объяснительно – иллюстративный, словесный, частично – поисковый

Формы: фронтальная, групповая, индивидуальная, коллективная, работа в паре.

Средства обучения: учебник, спортивный инвентарь.

Режим занятий: занятия во 2 классе ведутся по 6 дневной рабочей недели в 1 смену. Начало занятий в 8.15 ч. Продолжительность урока 45 минут.

Количество часов, на которое рассчитана рабочая программа: на изучение физической культуре во 2 классе — 102 часа (3 часа в неделю).

Информация о внесённых изменениях в авторскую программу и их обоснование: Так как в общеобразовательном учреждении нет бассейна, часы раздела «Плавание» отнесены в раздел «Лыжная подготовка»

Рабочая программа учитывает индивидуально-возрастные особенности детей с ЗПР составлена с учётом средств дифференциации заданий.

Характеристика класса.

Во 2 классе – 4 обучающихся. Из них 4 обучаются по основной образовательной программе начального общего образования.

Формы и методы работы с детьми, испытывающими сложности в обучении:

индивидуальная работа, работа в малых группах; наглядный, словесный, практический с опорой на схемы, таблицы, памятки, инструкции, игровые методы.

Специфические методы в работе с детьми с ЗПР и ОВЗ:

1. Детям с ЗПР свойственна низкая степень устойчивости внимания, поэтому необходимо специально организовывать и направлять внимание детей. Полезны все упражнения, развивающие все формы внимания.

2. Они нуждаются в большем количестве проб, чтобы освоить способ деятельности, поэтому необходимо предоставить возможность действовать ребенку неоднократно в одних и тех же условиях.

3. Интеллектуальная недостаточность этих детей проявляется в том, что сложные инструкции им недоступны. Необходимо дробить задание на короткие отрезки и предъявлять ребенку поэтапно, формулируя задачу предельно четко и конкретно. Например, вместо инструкции «Составь рассказ по картинке» целесообразно сказать следующее: «Посмотри на эту картинку. Кто здесь нарисован? Что они делают? Что с ними происходит? Расскажи».

4. Высокая степень истощаемости детей с ЗПР может принимать форму как утомления, так и излишнего возбуждения. Поэтому нежелательно принуждать ребенка продолжать деятельность после наступления утомления. Однако многие дети с ЗПР склонны манипулировать взрослыми, используя собственную утомляемость как предлог для избегания ситуаций, требующих от них произвольного поведения,

5. Чтобы усталость не закрепилась у ребенка как негативный итог общения с педагогом, обязательна церемония «прощания» с демонстрацией важного положительного итога работы. В среднем длительность этапа работы для одного ребенка не должна превышать 10 минут.

Используемая в тексте программы система условных обозначений: Т – теория; П – практика; УД – учебная деятельность.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся

Раздел «Знания о физической культуре»

Обучающийся научится:

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

Обучающийся получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;

Раздел «Способы физкультурной деятельности»

Обучающийся научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Обучающийся получит возможность научиться:

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

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

Раздел «Физическое совершенствование»

Обучающийся научится:

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

-выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;

Обучающийся получит возможность научиться:

-сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

-выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

-играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

-плавать, в том числе спортивными способами;

-выполнять передвижения на лыжах

Формы контроля

Текущий, тренировочные упражнения, фронтальный, индивидуальный.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Критерии оценивания по предмету соответствуют положению «Положение о системе оценок, формах и порядке проведения промежуточной аттестации обучающихся начальной школы» и УМК автора.

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.

Уровень физической подготовленности

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7

Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

Содержание учебного предмета

№п/п	Название раздела	Кол-во часов	Кол-во контрольных работ
1	Знания о физической культуре	4	1
2	Гимнастика с элементами акробатики	31	8
3	Лёгкая атлетика	28	12
4	Лыжная подготовка	12	1
5	Подвижные игры	27	3
	Общее количество часов	102	

**Календарно-тематическое планирование уроков физической культуры во 2 классе, автор Лях В.И. 102 часа в год
(3 часа в неделю)**

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество час.	Вид занятий	Виды и формы УД	УУД	Дата		Оборудование и материалы
						по плану	факт	
Знания о физической культуре		1						
1	Организационно-методическое указание	1	г	фронтально, коллективно, индивидуально	-объяснять, для чего нужно построение и перестроение, как оно выполняется, что нужно для успешного проведения уроков (П) -осуществлять действия по образцу и заданному правилу, находить необходимую информацию (Р) - работать в группе, устанавливать рабочие отношения(К)			Скакалки, гимнастические палки
Лёгкая атлетика		5						
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу (К); -адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -рассказывать правила тестирования и правила подвижных игр (П)			Секундомер, свисток, рулетка
3	Техника челночного бега.	1	Тп	фронтально, коллективно, индивидуально	-рассказывать и показывать технику выполнения челночного бега и правила проведения подвижных игр (П); - самостоятельно формулировать познавательные цели (Р); - сотрудничать со сверстниками, слушать и слышать друг друга (К)			Секундомер, свисток, рулетка
4	Тестирование челночного бега 3x10 м.	1	к	фронтально, коллективно	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу (К); -адекватно понимать оценку взрослого и сверстников			Секундомер, свисток, рулетка

				ивно, индиви дуально	(Р); - рассказывать правила тестирования челночного бега 3х10 и правила подвижной игры « Колдунчики» (П)			
5	Техника метания мешочка на дальность.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально работа в группе	- устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать (К); - осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции (Р); - рассказывать и показывать технику выполнения метания на дальность, правила подвижных игр (П)			мешочки для метания, рулетка
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	к	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	- сохранять доброжелательное отношение друг к другу (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); - рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность (П).			свисток, мешочки для метания, рулетка
Гимнастика с элементами акробатики		1						
7	Упражнения на координацию движений.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами (К); - осознать себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции (Р); - рассказывать и показывать технику выполнения метания гимнастической палки ногой, правила подвижной игры (П).			гимнастические палки, гимнастическая скамейка
Знания о физической культуре.		1						
8	Физические качества.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно,	- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами (К); - осознать себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и			гимнастические палки, гимнастическая скамейка

				индивидуально	самокоррекции (Р); - рассказывать о физических качествах и о технике выполнения метания гимнастической палки ногой (П).			
	Лёгкая атлетика	3						
9	Техника прыжка в длину с разбега.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	- слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); - определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности (Р); - рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега (П).			свисток, рулетка прыжковая яма.
10	Прыжок в длину с разбега.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально	- слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); - определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности (Р); - рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега (П).			рулетка свисток, прыжковая яма
11	Прыжок в длину с разбега на результат.	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	- представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, сотрудничать со сверстниками и взрослыми (К); - видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель (Р); - рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила подвижной игры (П).			свисток, прыжковая яма, рулетка
	Подвижные игры	1						
12	Подвижные игры.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	- организовывать и осуществлять совместную деятельность, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение (К); - использовать средства саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач (Р); - выполнять прыжок в длину с разбега на результат, выбирать подвижные игры и играть в них (П)			Кегли, мяч
	Лёгкая атлетика.	1						

13	Лёгкая атлетика. Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); - рассказывать правила тестирования метания малого мяча на точность (П).			мяч, мишень
	Гимнастика с элементами акробатики	2						
14	Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -проходить тестирование наклона вперёд из положения стоя (П)			пластмассовые кольца, гимнастическая скамейка
15	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -проходить тестирование подъёма туловища из положения лёжа (П)			гимнастический мат, средний мяч.
	Лёгкая атлетика	1						
16.	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); - проходить тестирование прыжка в длину с места (П)			гимнастические палки, резиновые коврики
	Гимнастика с элементами акробатики	2						

17	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа, согнувшись.	1	конт роль ный	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись (П)			средний мяч, гимнастическая палка, гимнастический снаряд, маты
18	Тестирование виса на время.	1	конт роль ный	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); - адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру « Ловля обезьян» (П)			Гимнастическая стенка, гимнастический обруч, маты
	Подвижные игры	1						
19	Подвижные игры «Кот и мыши».	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально игры	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); - выполнять подлезания, играть в подвижную игру « Кот и мыши» (П)			гимнастический обруч, мяч, скакалка
	Знания о физической культуре	1						
20	Режим дня.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); - рассказывать о режиме дня, подлезать под препятствие (П).			Учебник, малые мячи.
	Подвижные игры.	3						
21	Ловля и броски	1	Т	фронтал	- управлять поведением партнёра (контроль,			малые мячи.

	малого мяча в парах.		п	бно, коллективно, индивидуально игра в паре	коррекция, умение убеждать) (К); - адекватно оценивать свои действия и действия партнёра, видеть указанную ошибку и исправлять (Р); - повторить упражнения с малым мячом как в парах, так и в одиночку (П).			
22	Подвижная игра «Осада в городе»	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально игра в паре	-самостоятельно формулировать познавательные цели, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); - выполнять броски и ловлю мяча в парах (П).			малые мячи гимнастические скамейки.
23	Броски и ловля мяча в парах.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально игра в паре	-сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения (К); - определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, осуществлять саморегуляцию (Р); - выполнять упражнения с мячом в парах (П).			малые мячи гимнастические скамейки.
	Знания о физической культуре.	1						
24	Частота сердечных сокращений, способы её измерения.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); - рассказывать о частоте сердечных сокращений, знать способы её измерения, выполнять ведение мяча (П)			Учебник, секундомер, мячи.
	Подвижные игры.	3						

25	Ведение мяча.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); - контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); -выполнять ведение мяча в изменяющихся условиях (П).			Мячи, скакалки
26	Упражнения с мячом.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, владеть диалогической и монологической формами речи (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); - выполнять упражнения с мячом, играть в подвижные игры (П)			Мячи, скакалки
27	.Подвижные игры.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-слушать и слышать друг друга, сотрудничать входе индивидуальной и групповой работы (К); - владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний (Р); - выполнять упражнения с мячом, рассказать правила поведения выбранных подвижных игр (П).			Мячи, скакалки
	Гимнастика с элементами акробатики.	21						
28	Кувырок вперёд	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально дуально	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, оценивать результат своей деятельности (Р); - выполнять кувырок вперёд (П)			маты, скакалка.
29	Кувырок вперёд с трёх шагов.	1	Т п	фронтально, коллект	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе (К); -определять новый уровень отношения к самому себе			маты, скакалка.

				ивно, индиви дуально	как субъекту деятельности, оценивать результат своей деятельности (Р); -выполнять кувырок вперёд и кувырок вперёд с трёх шагов (П)			
30	Кувырок вперёд с разбега.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	- работать в группе (К); -осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции (Р); - выполнять кувырок вперёд, кувырок вперёд стрёх шагов и кувырок вперёд с разбега (П).			маты, скакалка.
31	Усложнённые варианты выполнения кувырка вперёд.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	- работать в группе (К); -осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции (Р); - выполнять кувырок вперёд, кувырок вперёд стрёх шагов и кувырок вперёд с разбега (П)			маты, мячи.
32	Стойка на лопатках, мост.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); -выполнять усложнённые варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, мост, иметь представление о том, что такое осанка (П).			маты, мячи.
33	Круговая тренировка.	1	п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально работа в паре	-слушать и слышать учителя и друг друга, сохранять доброжелательное отношение друг к другу (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, владеть средствами саморегуляции (Р); -выполнять круговую тренировку, иметь представление о том, что такое осанка. (П)			маты, гимнастические палки.
34	Стойка на голове.	1	Т п	фронтал ьно,	-устанавливать рабочие отношения, владеть монологической и диалогической формами речи (К);			маты, гимнастические

				коллективно, индивидуально	-осуществлять действия по образцу и заданному правилу, видеть указанную ошибку и исправлять её (Р); -оказывать первую помощь при лёгких травмах, выполнять стойку на голове и упражнения на внимания (П).			палки, аптечка.
35	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); - осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий (Р); -выполнять стойку на голове, лазать и перелезать по гимнастической стенке (П).			маты, гимнастические палки, гимнастическая стенка.
36	Различные виды перелезаний.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-интегрироваться в группу сверстников и продуктивно взаимодействовать с ними (К); -проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества (Р); - выполнять стойку на голове, разные варианты перелезания (П)			полоса препятствий, гимнастическая стенка.
37	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения (К); - сохранять заданную цель, осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р); -выполнять вис завесом одной и двумя ногами, перелезать различными способами (П).			низкая перекладина, гимнастическая стенка
38	Круговая тренировка.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); - проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Удочка». (П)			Обручи, маты, гимнастические палки, скакалки

				паре				
39	Прыжки в скакалку.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); -осознать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий (Р); -выполнять прыжки в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия» (П)			скакалки
40	Прыжки в скакалку в движении.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально	-работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); -видеть указанную ошибку и исправлять её, осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р); -выполнять прыжки в скакалку на месте и в движении (П).			скакалки
41	Круговая тренировка...	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -видеть указанную ошибку и исправлять её, оценивать результат своей деятельности (П); -выполнять вис завесом одной и двумя ногами, проходить станции круговой тренировки (П).			Скакалки, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка
42	Вис согнувшись вис прогнувшись на гимнастических кольцах.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения (К); - видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель (Р); - выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах (П)			Обруч, гимнастические кольца, скакалки
43	Переворот назад и вперёд на гимнастических	1	п	фронтально, коллективно	--эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения (К); - видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять			Обруч, гимнастические кольца,

	кольцах.			ивно, индиви дуально	заданную цель (Р); - выполнять вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах (П)			скакалки, мяч.
44	Комбинация на гимнастических кольцах.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-слушать и слышать друг друга и учителя (К); - осознать само себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий (Р); -выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча (П).			Обруч, гимнастические кольца, скакалки средний мяч
45	Вращение обруча.	1	п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-слушать и слышать друг друга и учителя (К); - осознать само себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий (Р); -выполнять комбинацию на кольцах, вращение обруча (П)			Обручи, средний мяч.
46	Варианты вращения обруча.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); -выполнять различные вращения обруча (П).			Обруч, мешочки.
47	Лазанье по канату и круговая тренировка.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально группов ая работа	-с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли (К); - определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, оценивать результат своей деятельности (Р); -уметь захватывать канат ногами, лазать по канату, проходить станции круговой тренировки (П).			Обручи, канат, гимнастическая палка, скакалки.
48	Круговая тренировка.	1	Т п	фронтал ьно, коллект	-слушать и слышать друг друга и учителя, находить общее решение практической задачи (К); - владеть средствами саморегуляции, контролировать			Обручи, гимнастические палки,

				ивно, индиви дуально работа в паре	процесс и оценивать результат своей деятельности (Р) -лазать по канату, проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижную игру (П).			гимнастическая стенка, скакалки, маты.
	Лыжная подготовка.	12						
49	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок.	1	Т п	самосто ятельно	-эффективно сотрудничать, работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); -владеть средствами саморегуляции, сохранять заданную цель (Р); - пристёгивать крепления, передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах без палок (П)			лыжи
50	Повороты переступанием на лыжах без палок.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, работать в группе (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); -самостоятельно пристёгивать лыжные крепления, передвигаться ступающим шагом без палок, выполнять повороты на лыжах без палок (П)			лыжи
51	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с палками.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви дуально	- добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать со сверстниками (К); -сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия и действия партнёра (Р); -пользоваться лыжными палками, передвигаться на лыжах ступающим шагом как без лыжных палок, так и с ними (П).			лыжи, палки
52	Торможение падением на лыжах с палками.	1	Т п	фронтал ьно, коллект ивно, индиви	-устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р);			лыжи, палки

				дуально	- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, тормозить падением (П)			
53	Прохождение дистанции 1 км на лыжах.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачам (К); - самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); -проходить дистанцию 1 км., играть в подвижную игру « Салки на снегу» (П)			лыжи, палки
54	Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-работать в группе, слушать и слышать друг друга и учителя (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель (Р); - выполнять обгон на лыжах и поворот переступанием на лыжах с палками (П)			лыжи, палки
55	Подъём на склон «полуёлочкой» и спуск на лыжах.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-сотрудничать в достижении цели со сверстниками, слушать и слышать друг друга (К); -видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель (Р); - спускаться со склона в основной стойке и подниматься на склон «полуёлочкой»(П)			л лыжи, палки
56	Подъём на склон «ёлочкой»	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р); - выполнять подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спускаться со склона в основной стойке, кататься на лыжах (П)			лыжи, палки
57	Передвижение на лыжах змейкой.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	- сотрудничать со сверстниками и взрослыми (К); - осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий (Р); -передвигаться на лыжах змейкой, подниматься на			лыжи, палки

				дуально	склон «ёлочкой» и спускаться в основной стойке (П)			
58	Подвижная игра на лыжах «Накаты».	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); -передвигаться на лыжах змейкой, играть в подвижную игру на лыжах « Накаты» (П)			лыжи, палки
59	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.	1	п	фронтально, коллективно	-устанавливать рабочие отношения, сотрудничать в достижении цели со сверстниками (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); -проходить дистанцию 1,5 км на лыжах (П)			лыжи, палки
60	Контрольный урок по лыжной подготовке.	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого (Р); -передвигаться на лыжах, выполнять поворот переступанием, подниматься на склон и спускаться со склона в основной стойке. (П)			лыжи, палки
	Гимнастика с элементами акробатики	1						
61	Круговая тренировка.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сохранять доброжелательное отношение друг к другу (К); -определять новый уровень отношения к самому себе, адекватно оценивать свои действия и действия партнёра (Р); -проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Вышибалы»(П)			Мячи, обручи, скакалки, маты
62	Подвижная игра	1	Т	фронтал	-слушать и слышать друг друга, устанавливать			Обручи, мячи,

	«Белочка – защитница».		п	бно, коллективно, индивидуально	рабочие отношения (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель (Р); - лазать по гимнастической стенке, играть в подвижную игру (П)			гимнастическая стенка
	Лёгкая атлетика.	6						
63	Преодоление полосы препятствий.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально групповая работа	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); -проходить полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка» (П).			Гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, полоса препятствий.
64	Усложнённая полоса препятствий.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К) -владеть средствами саморегуляции, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); -проходить усложнённую полосу препятствий, играть в подвижную игру « Совушка» (П)			Полоса препятствий.
65	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -осознать себя как движущую силу своего научения, контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); -прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны» (П)			Оборудование для прыжков в высоту
66	Прыжок в высоту с прямого разбега на	1	Т п	фронтально,	-сотрудничать со сверстниками, представлять конкретное содержание, сообщать его в устной форме			Гимнастическая скамейка,

	результат.			коллективно, индивидуально	(К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р); -выполнять прыжки в высоту с прямого разбега на результат (П)			оборудование для прыжков высоту
67	Прыжок в высоту спиной вперёд	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, оценивать результат своей деятельности (Р); -прыгать в высоту спиной вперёд и с разбега, играть в подвижную игру (П).			Гимнастическая скамейка, оборудование для прыжков высоту
68	Контрольный урок по прыжкам в высоту.	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	-слушать и слышать друг друга и учителя, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -владеть средствами саморегуляции, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников (Р); -выполнять прыжок в высоту спиной вперёд и с прямого разбега (П).			Гимнастическая скамейка, оборудование для прыжков высоту
	Подвижные игры.	6						
69	Броски и ловля мяча в парах.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре, игры	-управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, оценка действий партнёра, умение убеждать) (К); -проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности формы сотрудничества (Р); -выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру. (П)			мячи
70	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу».	1	Т п	фронтально, коллективно,	-с достаточной точностью и полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации (К); -осуществлять действия по образцу и заданному			Баскетбольные мячи, баскетбольное кольцо

				индивидуально, работа в паре, игры	правило, сохранять заданную цель (Р); -выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» и «сверху» (П)			
71	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху»	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально, работа в паре, игры	-слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли (К); -контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р); --выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» и «сверху» (П)			Баскетбольные мячи, баскетбольное кольцо
72	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально, игры	-слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли (К); -контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действия по образцу и заданному правилу (Р); ---выполнять бросок мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» и «сверху» после ведения мяча (П).			Баскетбольные мячи, баскетбольное кольцо
73	Эстафета с мячом.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально, игры	-устанавливать рабочие отношения, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); -проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества (Р); -участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру « Охотники и утки» (П)			Баскетбольные мячи, баскетбольное кольцо
74	Упражнения и подвижные игры с мячом.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга (К); -проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества (Р);			Баскетбольные мячи, баскетбольное кольцо

				дуально работа в паре, игры	-участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижную игру « Охотники и утки» (П)			
	Лёгкая атлетика.	2						
75	Знакомства с мячами –хопами.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель (Р); -прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру (П)			мячи-хопы
76	Прыжки на мячах-хопах.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально	-владеть навыками речевого отображения, слушать и слышать друг друга (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель (Р); -прыгать на мячах-хопах, играть в подвижную игру (П)			мячи-хопы
	Подвижные игры.	7						
77	Круговая тренировка.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р); - проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру (П)			Гимнастический обруч, скакалки, маты. гимнастическая стенка.
78	Подвижные игры.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре,	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность (К); -владеть средствами саморегуляции и рефлексии деятельности, оценивать результат своей деятельности (Р); - выполнять броски в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», выбирать подвижные			Спортивный инвентарь

				игры	игры и играть в них (П).			
79	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре, игры	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, организовывать и осуществлять совместную деятельность (К); -осознать самого себя как движущую силу своего научения, умение сохранять заданную цель (Р); -выполнять броски мяча через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» (П)			Волейбольный мяч, сетка
80	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре, игры	-слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнёра (К); -проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества, умение адекватно оценивать свои действия и действия партнёра (Р); -выполнять броски мяча через волейбольную сетку на точность, играть в подвижную игру «Точно в цель» (П).			Волейбольный мяч, сетка
81	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций.	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р); -выполнять броски мяча через волейбольную сетку на дальность (П).			Волейбольный мяч, сетка
82	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	1	Т п	фронтально, коллективно, индивидуально, игры	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, сохранять заданную цель (Р); - выполнять броски мяча через сетку, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» (П)			Волейбольный мяч, сетка

83	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	-добывать недостающую информацию с помощью вопросов, сотрудничать в достижении цели со сверстниками (К); -адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель (Р); -выполнять контрольные броски на дальность и точность (П).			Волейбольный мяч, сетка
	Лёгкая атлетика.	2						
84	Броски набивного мяча от груди и способом «снизу».	1	Тп	самостоятельно фронтально, коллективно, индивидуально	-представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р); -бросать набивной мяч от груди и «снизу», играть в подвижную игру « Точно в цель» .(П)			Набивные мячи
85	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность.	1	Тп	фронтально, коллективно, индивидуально	-сотрудничать со взрослыми и сверстниками, добывать недостающую информацию с помощью вопросов (К); -видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять цель (Р); -бросать набивной мяч от груди, «снизу», из-за головы (П)			Набивные мячи
	Гимнастика с элементами акробатики.	2						
86	Тестирование вися на время.	1	к	фронтально, коллективно, индивидуально	-устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, осуществлять итоговый контроль (Р); -выполнять броски набивного мяча из-за головы на дальность, проходить тестирование вися на время (П),			Гимнастическая стенка, набивные мячи, баскетбольные мячи.
87	Тестирование наклона вперёд из	1	контроль	фронтально,	-с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями			Гимнастическая скамейка,

	положения стоя.		ный	коллективно, индивидуально	коммуникации (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); -проходить тестирование наклона вперёд из положения стоя (П).			баскетбольный мяч, набивной мяч.
	Лёгкая атлетика.	1						
88	Тестирование прыжка в длину с места.	1	контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); -проходить тестирование прыжка в длину с места (П).			рулетка
	Гимнастика с элементами акробатики.	2						
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа, согнувшись.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); -проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись (П).			низкая перекладина, маты
90	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с.	1	контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-обосновывать свою точку зрения и доказывать своё собственное мнение (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); - проходить тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с (П)			маты
	Лёгкая атлетика.	2						

91	Техника метания на точность (разные предметы)	1	комбинированный	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации (К); -контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности (Р); -правильно подбирать вариант метания или броска предмета на точность (П)			Малый мяч
92	Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-обосновывать свою точку зрения и доказывать своё собственное мнение (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности (Р); -проходить тестирование метания малого мяча на точность (П).			Малый мяч
	Подвижные игры	1						
93.	Подвижные игры для зала.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально игры	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); -владеть средствами саморегуляции, проектировать траектории развития через включения в новые виды деятельности и формы сотрудничества (Р); -выбирать подвижные игры, учитывая интересы одноклассников (П)			Инвентарь для подвижных игр
	Лёгкая атлетика.	4						
94	Беговые упражнения.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально работа в группе	-устанавливать рабочие отношения, работать в группе (К); -осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель (Р); -выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры (П)			Секундомер, свисток, 3 разметочные фишки

95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	1	контрольный	фронтально, коллективно, работа в группе	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р).			Секундомер, свисток, 3 разметочные фишки
96	Тестирование челночного бега 3x10м.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, работа в группе	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); - самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р); -проходить тестирование челночного бега 3x10 м с высокого старта (П).			Секундомер, свисток, 3 разметочные фишки, мячи для метания
97	Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность.	1	контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально работа в паре	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации (К); -определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника (Р); -проходить тестирование метания мешочка на дальность (П).			Секундомер, свисток, 3 разметочные фишки, мячи для метания
	Подвижные игры.	2						
98.	Подвижная игра «Хвостики».	1	п	фронтально, коллективно, работа в группе, игры	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); -осознавать самого себя как движущую силу своего научения, владеть средствами саморегуляции (Р); -играть в различные варианты подвижной игры «Хвостики» (П),			по 2 ленточки на каждого
99.	Подвижная игра «Воробьи – вороны».	1	п	фронтально, коллективно, работа в	-с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации (К); -самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию (Р);			Скакалки, обручи

				группе, игры	- играть в подвижные игры «Хвостики» и « Воробьи-вороны»(П).			
	Лёгкая атлетика	1						
100	Бег на 1000 м.	1	Контрольный	фронтально, коллективно, индивидуально	-эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации (К); -осуществлять итоговый контроль, сохранять заданную цель (Р); -пробежать 1000 м без отдыха, играть в подвижную игру «Воробьи-вороны» (П).			Секундомер, свисток
	Подвижные игры.	2						
101	Подвижные игры с мячом.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); -владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач (Р); -подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом, проходить тестирование (П).			Мячи, гимнастические палки
102	Подвижные игры.	1	п	фронтально, коллективно, индивидуально	-слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения (К); -владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач (Р); - подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры (П).			Инвентарь для подвижных игр

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

№п/п	Наименование объектов и средств материально- технического обеспечения	Число	Примечание
Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)			
	В. И. Лях. Физическая культура. Рабочие программы. 1-4 классы. М. «Просвещение» 2013 г. Учебники. В. И. Лях. Физическая культура. 1-4 класс. М. «Просвещение» 2012 г. Методические пособия. В. И. Лях. Физическая культура. Методические рекомендации. 1-4 класс. М. «Просвещение». 2014 г.	1 Д Д	
Технические средства обучения (ТСО)			
	1. Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц. 2. Персональный компьютер с принтером. 3.Мультимедийный проектор	Д Д	
Учебно-практическое оборудование			
	Бревно напольное (3 м) Козел гимнастический Перекладина гимнастическая (пристеночная) Стенка гимнастическая Скамейка гимнастическая жесткая (4 м; 2 м) Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты) Мячи: набивной 1 кг и 2 кг; мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий); мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи футбольные Палка гимнастическая Скакалка детская Мат гимнастический Коврики: гимнастические, массажные Кегли Обруч пластиковый детский Планка для прыжков в высоту Стойка для прыжков в высоту Флажки: разметочные с опорой; стартовые	П П П П П Д К К К П К Д К Д Д Д	

	Лента финишная Дорожка разметочная резиновая для прыжков Рулетка измерительная Лыжи детские (с креплениями и палками) Щит баскетбольный тренировочный Сетка для переноса и хранения мячей Волейбольная стойка универсальная Сетка волейбольная Аптечка	Д Д Д К Д Д Д Д	
Игры и игрушки			
	Стол для игры в настольный теннис Сетка и ракетки для игры в настольный теннис Футбол Шахматы (с доской) Шашки (с доской)	П П П П П	