

# Муниципальное общеобразовательное учреждение «Лицей № 26»

СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-методического совета

протокол № 1 от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2014 г.

Заместитель директора по УМР \_\_\_\_\_ Т.А.Сучкова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_ И.М.Кобахидзе

\_\_\_\_\_ 2014г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «Лицей № 26» \_\_\_\_\_ Л.Н.Устинова

приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

## Рабочая программа

Наименование учебного предмета

Физическая культура

Класс

2б

Уровень общего образования

начальное

Учитель

Мысливцева Татьяна Михайловна

Срок реализации программы, учебный год

2014-2015 учебный год

Уровень программы

Базовое изучение предмета

Количество часов по учебному плану

всего: 105 часов в год, в неделю: 3 часа

Программа составлена на основе

Рабочей программы «Физическая культура» 1-4 классы. М, «Просвещение» 2011 г. Под ред.  
А.П. Матвеева

Учебник А.П. Матвеева «Физическая культура 2 класс» М. , «Просвещение» 2012 г.

(название, автор, издательство, год издания)

Рабочую программу составила

подпись

расшифровка подписи

## Методическая оснащенность учебного процесса

Учитель Мысливцева Т.М.

Класс	Предмет	Кол-во час/нед.	Программа	Уровень программы	УМК.
2 б	Физическая культура	3	Рабочая программа учителя, составленная по рабочей программе А.П. Матвеева «Физическая культура» 1-4 класс М., «Просвещение», 2012	базовый	Учебник А.П. Матвеев «Физическая культура» 2 класс. М., «Просвещение», 2012

## ГОДОВОЙ ПЛАН – ГРАФИК

Прохождения учебного материала по физической культуре для учащихся 2-х классов

Разделы программы	часы	четверти									
		I			II			III		IV	
1. Знания о физической культуре	4	1		3							
2. Способы двигательной физкультурной деятельности	6			5		1					
Физическое совершенствование (из них):											
3. Физкультурно – оздоровительная деятельность	3					2		1			
Спортивно – оздоровительная деятельность											
4. Гимнастика с основами акробатики	18				18						
5. Легкая атлетика	20	6									14
6. Лыжная подготовка	16						16				
7. Подвижные игры	18		12					5			1
8. Спортивные (подвижные) игры	14							8	6		
<b>Сетка часов</b>	99	<b>27</b>			<b>21</b>			<b>30</b>		<b>21+3</b>	
<b>Резервное время</b>	6										
<b>Всего:</b>	105										

Мысливцева Т.М.

## Пояснительная записка.

Данная программа составлена в соответствии с Обязательным минимумом содержания образования школьников в области физической культуры и Минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся начальной школы по физической культуре, и на основе «Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы» автора А.П. Матвеева 2008 г. и предназначена для муниципального образовательного учреждения для учащихся 1 классов и рассчитан на один учебный год 3 часа в неделю, и рабочие программы «Физическая культура» А.П. Матвеева 1-4 классы, 2011г.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

*Целью* учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений.

Данная программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется *на решение следующих образовательных задач:*

- 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, ее 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.

Базовым результатом образования в области физической культуры в 1 классе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности с

общеразвивающей направленностью. Освоение предмета данной деятельности способствует не только активному развитию физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека. Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности.

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися предмета физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью, входит:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Предмет «Физическая культура» изучается в начальной школе в объеме не менее 405 часов, из них в 1 классе – 99 часов, а со 2 по 4 класс по 102 часа ежегодно.

Предметные результаты включают освоенные школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.
- соблюдение требований техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

## 2 класс

№ п/п	Дата	Тема урока. (страницы учебника, тетради)	Решаемые проблемы	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)				Дата	
				Понятия	Предметные результаты	УУД	Личностные результаты	План	Факт
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
<b>1 четверть:</b> <b>Знания о физической культуре 4 часа. Легкая атлетика 6 ч. Подвижные игры 12 часов.</b>									
1		История возникновения физической культуры и первых соревнований. Стр. 6-11.	Как возникли первые соревнования. Основные причины появления мячей у древних народов. Современные игры с использованием различных мячей. ТБ инструкция № 17.	Соревнования. Подвижные игры.	Научатся: называть характерные признаки соревнований (наличие правил, судьи, награждение победителей).	П.: раскрывать значение 1 х соревнований у древних людей. Р.: характеризовать роль и значение соревнований в воспитании будущих охотников и воинов. К.: объяснять цель и значение упражнений с мячом.	Приводить примеры современных спортивных игр с мячом.		
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Обучение техники высокого старта, тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Высокий старт, тест, финиш.	Научатся: выполнять технику высокого старта, сдавать тестирование бега на 30 м с высокого старта.	П.: характеризовать и демонстрировать технику высокого старта. Р.: выполнять бег с максимальной скоростью на учебную дистанцию. К.: соблюдать технику безопасности при беге, взаимодействовать с другими учениками.	Совершенствовать ранее разученные л/а упражнения в условиях соревновательной деятельности на максимальный результат.		
3		Техника челночного бега с	Обучение технике челночного бега с высокого старта.	Челночный бег.	Научатся: выполнять технику челночного бега 3 x 10 м.	П.: описывать технику челночного бега. Р.: демонстрировать	Совершенствовать технику челночного бега.		

		высокого старта.	Тестирование челночного бега 3 x 10 м.			технику челночного бега. К.: взаимодействовать с другими учениками во время бега.			
4		Метание мяча на дальность.	Бег с изменением темпа. Тестирование метания мяча на дальность.	Темп. Метание мяча. Дальность.	Научатся: выполнять бег с изменением темпа, сдавать тестирование метания мяча на дальность.	П.: описывать технику метания мяча на дальность. Р.: выполнять технику метания мяча и исправлять ошибки. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	При помощи подбора темпа оптимизировать выполнение бега.		
5		Беговые упражнения из различных исходных положений.	Обучение беговых упражнениям из различных исходных положений.	Беговые упражнения. «олений» бег.	Научатся: выполнять беговые упражнения из различных исходных положений.	П.: описывать беговые упражнения. Р.: выполнять беговые упражнения, устранять ошибки. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Использовать двигательный опыт в соревнованиях, в организации активного отдыха и досуга.		
6		Тестирование прыжка в длину с места.	Выполнение тестирования прыжка в длину с места.	Прыжок в длину с места.	Научатся: выполнять тестирование прыжка в длину с места.	П.: описывать технику прыжка в длину с места. Р.: выполнять технику прыжка в длину с места и устранять ошибки. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Использовать двигательный опыт в соревнованиях, в организации активного отдыха и досуга.		
7		Тестирование броска мяча в горизонтальную цель.	Выполнение тестирования броска мяча в горизонтальную цель.	Бросок. Горизонтальная цель.	Научатся: выполнять тестирование броска мяча в горизонтальную цель.	П.: поставить цель выполнения броска мяча в горизонтальную цель. Р.: выполнение броска и устранение ошибок. К.: владеть	Использовать полученные навыки в свободной двигательной деятельности.		

						способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.			
8		Подвижная игра «Мышеловка». Стр. 15 – 16.	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Мышеловка».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
9		Подвижная игра «Бегуны и прыгуны» стр. 15 -16.	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Бегуны и прыгуны».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения, соблюдать ТБ на уроках физкультуры.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
10		Подвижная игра «Салки». Стр. 15 – 16.	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Салки».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
11		Ведение	Обучение правилам	Подвижная	Научатся: выполнять	П. : поставить цель	Участвовать в		

		мяча. Подвижная игра «Ночная охота». Стр. 15 – 16.	подвижной игры.	игра. Правила.	правила игры, играть в подвижную игру «Ночная охота».	выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
12		Упражнения с мячом. Игра «Ночная охота».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Ночная охота».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
13		Подвижная игра «Перестрелка».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Перестрелка».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
14		Подвижная игра «Белочка – защитница».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Белочка – защитница».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		

						действия в ситуациях общения.			
15		Эстафета с мячом. Подвижная игра «Охотники и утки».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
16		Подвижная игра «Охотники и зайцы».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
17		Подвижная игра «Перестрелка».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Перестрелка».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
18		Эстафета с мячом. Подвижная игра «Охотники	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Охотники и утки».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.:	Участвовать в подвижных играх при организации активного		

		и утки».				взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	отдыха и досуга.		
19		Подвижная игра «Охотники и зайцы».	Обучение правилам подвижной игры.	Подвижная игра. Правила.	Научатся: выполнять правила игры, играть в подвижную игру «Охотники и зайцы».	П. : поставить цель выполнения правил игры. Р.: Анализировать ошибки в процессе игры. К.: взаимодействовать с окружающими людьми, владеть приемами действия в ситуациях общения.	Участвовать в подвижных играх при организации активного отдыха и досуга.		
20		Как появились игры с мячом. Стр. 9 – 11, 17 -26.	Основные причины появления мячей у древних народов. Современные игры с использованием различных по форме мячей.	Мячи для игр: футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, теннис и т.п.	Научатся: называть характерные признаки соревнований (наличие правил, судьи, награждение победителей и т. п.).	П.: объяснять цель и значение упражнений с мячом. Р.: приводить примеры современных спортивных игр с мячом. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Использовать знания и двигательный опыт в соревнованиях, в организации активного отдыха и досуга.		
21		Как зародились Олимпийские игры. Миф о Геракле. Стр. 12 – 14.	Зарождение Олимпийских игр древности и значение в укреплении мира между народами.	Геракл. Стадия. Стадион.	Научатся: пересказывать тексты о возникновении Олимпийских игр древности.	П.: пересказывать тексты о возникновении Олимпийских игр древности. Р.: называть правила проведения Олимпийских игр. К.: объяснять значения возникновения Олимпийских игр.	Рассказывать об Олимпийских играх древности.		
22		Современные Олимпийские игры	Современные Олимпийские игры, их связь с	Олимпиада. Символ. Флаг.	Научатся: характеризовать современные	П.: рассказывать об Олимпийских играх. Р.: знать правила	Изучать историю проведения		

		ие игры.	правилами и традициями древних Олимпийских игр. Олимпиада 2014.		Олимпийские игры как крупные международные соревнования, помогающие укреплению мира на Земле.	проведения Олимпийских игр. К.: обосновывать важность проведения Олимпийских игр.	Олимпийских игр. Олимпиада 2014.		
23		Подвижные игры для освоения спортивных игр. Стр. 15 – 30.	Значение подвижных игр для освоения игры в баскетбол, футбол.	Водящий. Команда. Считалка.	Научатся: раскрывать роль и значение подвижных игр для укрепления здоровья, развития физических качеств, освоения спортивных игр.	П.: описывать правила спортивных игр. Р.: моделировать игровые ситуации, излагать правила игр. К.: регулировать эмоции и управлять ими в процессе игровой деятельности, взаимодействовать со сверстниками в игре.	Воспитывать смелость, волю, решительность, активность при решении ситуаций, возникающих в процессе игры.		
24		Физические упражнения. Физическое развитие. Стр. 31 – 45.	Что такое физические упражнения. Чем отличаются физические упражнения от естественных движений и передвижений. Комплекс упражнений № 1. Измерение длины и массы тела. Определение правильности осанки.	Рост. Вес. Осанка.	Научатся: характеризовать физические упражнения как движения, которые выполняют по определённым правилам и с определённой целью. Разучивать и выполнять упражнения из комплекса утренней зарядки. Измерять показатели физического развития самостоятельно или с помощью.	П.: рассказывать о положительном влиянии физических упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости и равновесия. Р.: называть основные показатели физического развития. К.: определять физическое развитие как процесс взросления человека.	Разучивать и выполнять упражнения комплекса утренней зарядки.		

25		<p>Основные физические качества. Сила. Быстрота. Выносливость. Стр. 46 – 63.</p>	<p>Основные физические качества. (Сила. Быстрота. Выносливость.) как способность человека выполнять различные физические действия и физические упражнения.</p>	<p>Сила. Быстрота. Выносливость.</p>	<p>Научатся: определять связь развития физических качеств с развитием систем организма и укреплением здоровья человека.</p>	<p>П.: характеризовать особенности упражнений для развития силы, быстроты, выносливости и демонстрировать их выполнение. Р.: выполнять контрольные упражнения. К.: выделять упражнения для развития силы, быстроты, выносливости из числа ОРУ.</p>	<p>Систематически заниматься физическими упражнениями для развития силы, быстроты, выносливости.</p>		
26		<p>Основные физические качества. Гибкость. Равновесие . Комплекс утренней зарядки №2. Стр. 63 – 96.</p>	<p>Основные физические качества. (гибкость. равновесие.) как способность человека выполнять различные физические действия и физические упражнения. Зависимость гибкости от амплитуды движения. Зависимость равновесия от удержания позы тела.</p>	<p>Гибкость. Равновесие.</p>	<p>Научатся: выполнять упражнения для развития равновесия, гибкости. Подвижные игры для развития равновесия.</p>	<p>П.: характеризовать гибкость и равновесие как физическое качество человека, выполнять упражнения для развития качеств. Р.: определять зависимость проявления гибкости от способности выполнять движения с максимальной амплитудой; зависимость равновесия от способности удерживать тело в заданной позе стоя на месте или при передвижении. К.: выполнять</p>	<p>Организовывать и проводить подвижные игры на досуге. Общаться и взаимодействовать в процессе подвижных игр.</p>		

						контрольные упражнения для развития гибкости и равновесия.			
27		Закаливание. Что такое закаливание. Как закалять свой организм. Стр. 27 – 30.	Закаливание организма. Его связь с укреплением здоровья. Основные способы закаливание водой (обтирание, обливание, душ, купание в водоёмах). Проведения процедуры закаливания обтирания.	Обтирание . Обливание.	Научатся: характеризовать закаливание как способ повышения устойчивости организма к жаркой и холодной погоде, простудным и инфекционным заболеваниям.	П.: называть основные способы закаливания водой. Р.: излагать правила закаливания обтиранием. К.: выполнять обтирание с изменяющимся температурным режимом (по заданному образцу)).	Систематически выполнять закаливающие процедуры.		

**Вторая четверть 21 час.**

**Гимнастика с основами акробатики 18 часов. Способы двигательной физкультурной деятельности 1 час. Физкультурно – оздоровительная деятельность 2 часа.**

28		Перекаты право – влево, кувырок вперёд. ТБ инструкция № 15.	Обучение перекатам вправо – влево, кувырку вперёд.	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся, держать группировку, выполнять перекаты вправо – влево, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: соблюдать ТБ при выполнении акробатических	Самостоятельно выполнять упражнения в домашних условиях.		
----	--	---	--	---------------------------------	---	--	--	--	--

						упражнений.			
29		Кувырок вперёд.	Обучение перекатам вправо – влево, кувырку вперёд.	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся, держать группировку, выполнять перекаты вправо – влево, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: соблюдать ТБ при выполнении акробатических упражнений.	Самостоятельно выполнять упражнения в домашних условиях.		
30		Усложнённые кувырки вперёд.	Обучение усложнённой кувырку вперёд (с 3 х шагов разбега).	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся, держать группировку, выполнять, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: соблюдать ТБ при выполнении акробатических упражнений.	Самостоятельно выполнять упражнения в домашних условиях.		
31		Игровые упражнения с кувырками.	Обучение игровым упражнениям с кувырками вперёд. Полоса препятствий.	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся, держать группировку, выполнять, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами	Формирование установки на безопасный образ жизни.		

						взаимодействия с окружающими людьми.			
32		Кувырок назад.	Обучение кувырку вперёд и назад.	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся: выполнять кувырки вперёд и назад.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Формирование установок на безопасный образ жизни.		
33.		Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 секунд.	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 секунд.	Подъём туловища. Тест.	Научатся: сдавать тестирование подъёма туловища за 30 секунд.	П.: выполнять тестирование. Р.: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. К.: эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
34		Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	Гибкость. Наклон вперёд.	Научатся: сдавать тестирования наклона вперёд из положения стоя.	П.: выполнять тестирование. Р.: контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. К.: эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
35		Тестирование подтягивания	Тестирование подтягивания на низкой	Вис лёжа. Перекладина .	Научатся: выполнять тестирования подтягивания на	П.: выполнять тестирование. Р.: контролировать	Развитие этических чувств,		

		ия на низкой перекладине из вися лежа, согнувшись.	перекладине из вися лежа, согнувшись.		перекладине из вися лежа согнувшись.	процесс и оценивать результат своей деятельности. К.: эффективно сотрудничать, устанавливать рабочие отношения.	доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
36		Стойка на лопатках «мост».	Стойка на лопатках «мост», кувырок назад.	«Мост». Стойка на лопатках.	Научатся: выполнять стойку на лопатках «мост», кувырок назад. Выполнять правила ТБ.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
37		Строевые упражнения: перестроение в 2 шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	Строевые упражнения: перестроение в 2 шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	«Змейка», «противоход», «по диагонали».	Научатся: выполнять строевые упражнения: перестроение в 2 шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали».	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
38		Стойка на лопатках «мост».	Стойка на лопатках «мост», кувырок назад.	«Мост». Стойка на лопатках.	Научатся: выполнять стойку на лопатках «мост», кувырок назад. Выполнять правила ТБ.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия		

						условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	к другим людям.		
39		Лазание по гимнастической стенке.	Обучение лазанию по гимнастической стенке.	Гимнастическая стенка. Лазание. Хват сверху.	Научатся: лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролёта гимнастической стенки на другой.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
40		Усложнённые кувырки вперёд.	Обучение усложнённому кувырку вперёд (с 3х шагов разбега).	Перекат. Кувырок. Группировка.	Научатся, держать группировку, выполнять, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: соблюдать ТБ при выполнении акробатических упражнений.	Самостоятельно выполнять упражнения в домашних условиях.		
41		Кувырок вперёд с разбега.	Обучение усложнённому кувырку вперёд с разбега.	Перекат. Кувырок. Группировка.	Научатся, держать группировку, выполнять, кувырок вперёд в группировке.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся	Самостоятельно выполнять упражнения в домашних условиях.		

						условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: соблюдать ТБ при выполнении акробатических упражнений.			
42		Лазание по гимнастической стенке.	Обучение лазанию по гимнастической стенке.	Гимнастическая стенка. Лазание. Хват сверху.	Научатся: лазать по гимнастической стенке, перелезть с одного пролёта гимнастической стенки на другой.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
43		Стойка на лопатках «мост».	Стойка на лопатках «мост», кувырок назад.	«Мост». Стойка на лопатках.	Научатся: выполнять стойку на лопатках «мост», кувырок назад. Выполнять правила ТБ.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия к другим людям.		
44		Полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на	Обучение полуперевороту назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Полупереворот. Стойка на лопатках. Стойка на коленях.	Научатся: выполнять полупереворот назад из стойки на коленях в стойку на лопатках.	П.: описывать и выполнять полупереворот назад в стойку на коленях из стойки на лопатках. Р.:	Развитие мотивов учебной деятельности и осознании личного		

		лопатках.				анализировать выполнение упражнения и исправлять ошибки. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приёмами действий в ситуациях общения.	смысла учения, принятие и освоение роли обучающегося.		
45		Кувырок назад.	Обучение кувырку назад в группировке, полуперевороту назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	Перекат. Кувырок. Группировка .	Научатся: выполнять кувырок назад и полуперевороту назад в стойку на коленях из стойки на лопатках.	П.: выполнять разученные упражнения в стандартных и изменяющихся условиях. Р.: анализировать правильность выполнения. К.: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	Формирование установок на безопасный образ жизни.		
46		Физкульту рно – оздоровите льная деятельность. Стр. 108 – 112, 124 – 128.	Влияние упражнений на определённые группы мышц. Правильная последовательность выполнения упражнений. Комплексы упражнений утренней зарядки 3 и 4.	Комплекс. Дыхание. Кровообращение. Восстановление.	Научатся: определять для какой группы мышц предназначено упражнение. Называть последовательность выполнения упражнений. Самостоятельно составлять комплекс упражнений.	П.: подбирать упражнения и составлять комплексы утренней зарядки. Р.: Выполнять упражнения утренней зарядки. К.: соблюдать последовательность и дозировку включаемых в комплексы упражнений.	Систематически заниматься утренней зарядкой.		
47		Упражнения и подвижные игры с	Броски малого мяча из положения стоя, лежа. Подвижные игры с	Точность. Меткость. Ловкость. Мишень.	Научатся: демонстрировать броски малого мяча в мишень из	П.: описывать броски малого мяча в мишень из различных положений. Р.:	Осознавать значение индивидуальных игр с мячом для		

		мячом. Стр. 113 – 123.	мячом на точность движения.		различных положений. Правильно организовывать места занятий.	разучить подвижные игры с мячом. К.: общаться и взаимодействовать в процессе подвижных игр.	развития точности движений, проявлять интерес к выполнению домашних заданий.		
48		Игры и занятия в зимнее время года. Стр. 97 – 102.	Польза занятий физической культурой в зимнее время года. Требования к одежде для зимних прогулок. Катание на санках. Игры.	Слалом. Ворота. Торможение .	Научатся: характеризовать прогулки в зимнее время как активный отдых, содействующий укреплению здоровья и закаливанию организма.	П.: описывать способы катания на санках с гор. Р.: правильно выбирать одежду и обувь с учётом погодных условий. К.: осуществлять равновесие при спусках с гор на санках в условиях игровой деятельности.	Формирование установки на безопасный образ жизни.		