**Рабочая программа по физической культуре**

**для 2 класса**

Программа разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта, примерной программой начального общего образования по физической культуре и авторской программы В.И.Ляха.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»**

***Личностные результаты:***

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

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

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

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

***Метапредметные результаты:***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

***Предметные результаты:***

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– 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, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), 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, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Содержание тем 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 физкультурной 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.

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

Акробатические упражнения: из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. Гимнастические упражнения прикладного характера танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.:

**Легкая атлетика** равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 х 10 м, бег с изменением частоты шагов .Метание. Прыжки: на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой. Метание: малого мяча на дальность из-за головы

**Лыжная подготовка** 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; 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; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

**Распределение учебного времени по разделам программы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **п/п** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| **1** | Знания о физической культуре | **7** |
| **2** | Легкая атлетика | 19 |
| **3** | гимнастика с основами акробатики | **19** |
| **4** | подвижные игры, элементы спортивных игр | **36** |
| **5** | лыжные гонки | **21** |
| **Количество уроков в неделю** | | **3** |
| **Количество учебных недель** | | **34** |
| **Итого** | | **102** |

Уровень физической подготовленности

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

**Тематическое планирование**

***(Темы, выделенные курсивом – раздел программы «Знания о физической культуре». Изучаются в течение года)***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Тип урока  Кол-во часов | ТЕМА УРОКА | Планируемые результаты (предметные) | Характеристика деятельности (личностные и метапредметные) | | | | Дата |
| Личностные УУД | Познавательные УУД | Коммуникативные УУД | Регулятивные УУД |
| **Легкая атлетика (8 часов) + Знания о физической культуре (2 часа)** | | | | | | | | |
| 1 | Вводный урок  1 час | ***Как сохранить и укрепить здоровье?*** | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Активно включаться в общение с учителем, сверстниками.  Проявлять дисциплинированность, трудолюбие | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 2 | Урок-игра  1 час | Бег коротким, средним и длинным шагом.  Инструкция №17 | Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. | Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 3 | Урок-эстафета  1 час | Бег из разных исходных положений  Инструкция №17 | Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения. | Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач | Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 4 | Урок-игра  1 час | Высокий старт с последующим ускорением  Инструкция №17 | Знать технику выполнения высокого старта и финиша.Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться |  |
| 5 | Зачётный урок  1 час | Челночный бег 3х10м.  Ходьба, бег, прыжки.  Инструкция №17 | Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях  Формировать потребности к ЗОЖ | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты |  |
| 6 | Урок-игра  1час | Бег в чередовании с ходьбой до 150 м. Игра «К своим флажкам».  Инструкция №19 | Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстни-кам,находить с ними общий язык и общие интересы | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. |  |
| 7 | Зачётный урок  1час | Равномерный, медленный бег до 4 мин.  Инструкция №17 | Уметь пробегать в равномерном темпе 4 минуты | Проявлять трудолюбие и упорство в достиже-нии поставленных целей | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 8 | Урок-игра  1 час | ***Режим дня и личная гигиена*** | Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. | Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться |  |
| 9 | Урок-соревнование  1 час | Прыжки в длину с места.  Инструкция №17 | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги; соблюдать правила игры. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях | Знать правила подвижной игры.  Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Эффективно сотрудничать со сверстниками,  оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 10 | Урок-эстафета  1 час | Броски большого мяча (1кг.) на дальность разными способами. | Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| **Подвижные игры ( 17 часов) + Знания о физической культуре (1 час)** | | | | | | | | |
| 11 | Урок - игра  1 час | Игра «К своим флажкам».  Инструкция №19 | Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Знать правила подвижной игры.Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Выполнять совместную деятельность, распределять роли. |  |
| 12 | Урок-эстафета  1 час | Игра «Змейка»  Инструкция №19 | Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д). | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться |  |
| 13 | Урок-игра  1 час | Игра «Не оступись»  Инструкция №19 | Связь физических качеств с физическим развитием. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 14 | Урок соревнование  1 час | ***Правила организации и проведения игр.*** | Правила проведения закаливающих процедур. | Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 15 | Урок-игра  1 час | Игра «Пятнашки».  Комбинированные эстафеты  Инструкция №19 | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Проявлять положительные качества личности во время игровых ситуаций | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 16 | Урок-игра  1 час | Игра «Пингвины с мячом».  Инструкция №19 | Знать названия, правила организации и проведения подвижных игр. | Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли |  |
| 17 | Урок-эстафета  1 час | Игра «Бой петухов»  Инструкция №19 | Знать упражнения на формирования правильной осанки. | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 18 | Сюжет-ный урок  1 час | Игра «У медведя во бору»  Эстафеты с мячом  Инструкция №19 | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность. | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 19 | Урок-игра  1 час | Игра «Быстро по местам».  Инструкция №19 | Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры. | Проявлять стремление к самооценке на основе критериев успешности игровой деятельности | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 20 | Урок-игра  1 час | Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».  Инструкция №19 | Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность. | Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и  чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр |  |
| 21 | Урок-игра  1 час | Игра «Рыбки».  Инструкция №19 | Иметь представление о физической нагрузке и ее влияние на ЧСС. | Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 22 | Урок-эстафета  1 час | Игра «Не урони мешочек».  Инструкция №19 | Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств. | Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой  ситуации поступить в соответствии с правилами поведения | Знать упражнения для формирования правильной осанки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 23 | Урок-игра  1 час | Игра «Третий лишний»  Инструкция №19 | Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и  чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом; | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 24 | Урок-эстафета  1 час | Игра «Салки-догонялки»  Встречная эстафета.  Инструкция №19 | Знать правила организации и проведения подвижных игр.. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Знать правила подвижной игры.  Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 25 | Урок-игра  1 час | Игра «Волк во рву»  Инструкция №19 | Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата |  |
| 26 | Урок-путешествие 1 час | Игра «Альпинисты»  Инструкция №19 | Применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 27 | Урок-игра  1 час | Игра «Кто быстрее»  Инструкция №19 | Выполнять правила подвижной игры | Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр |  |
| 28 | Урок –группо-вой деятельности 1 час | Игра «Через холодный ручей»  Инструкция №19 | Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками. | Физические качества и их связь с физическим развитием.  Знать правила подвижной игры. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр |  |
| **Гимнастика с основами акробатики (16 часов) + Знания о физической культуре (2 часа)** | | | | | | | | |
| 29 | Урок-игра  1час | Построение в шеренгу и в колону.  Игра «Становись-разойдись»  Инструкция №18 | . Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики | Основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 30 | Урок-игра | Размыкание и смыкание в шеренге и колоне на месте.  Инструкция №18 | Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки. | . Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопережевания | Знать правила подвижной игры.  Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 31 | Сюжетный урок  1час | Перекаты в группировке  Инструкция №18 | Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 32 | Урок-игра | Кувырок вперед.  Игра «Раки»  Инструкция №18 | Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики | Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики | Знать правила подвижной игры.  Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками.  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 33 | Урок-игра | Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед. | Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 34 | Урок-игра | Стойка на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев.  Инструкция №18 | Правила техники безопасности | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Знать правила техники безопасности | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 35 | Урок груп-повой деятель-ности  1 час | «Мост» из положения лежа на спине.  Инструкция №18 | Влияние физических упражнений на развитие гибкости | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопережевания | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 36 | Урок-соревнование 1 час | Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов  Инструкция №19 | Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 37 | Зачётный урок. 1час | Закрепление. Акробатическая комбинация.  Инструкция №18 | Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Знать правила подвижной игры;активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 38 | Урок-игра | Передвижение по гимнастической стенке.  Инструкция №18 | Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастическихупражнений. | Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопережевания | Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 39 | Урок путешествие 1час | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания | Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений с элементами лазания и перелезания. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Знать о правилах поведения и техники безопасности | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 40 | Урок-игра | Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.  Инструкция №18 | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Знать упражнения на формирования правильной осанки. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 41 | Урок-путешествие 1час | Лазание по канату. Игра «Змейка».  Инструкция №18 | Комплексы упражнений на развитие физических качеств | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Какой должна быть правильная осанка. Определение формы осанки. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 42 | Зачётный урок. 1час | Закрепление. Лазание по канату.  Инструкция №18 | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Составление комплекса утренней зарядки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 43 | Урок-игра | Передвижения по гимнастическому бревну.  Инструкция №18 | Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 44 | Зачётный урок. 1час | ***Измерение длины и массы тела.*** | Комплексы упражнений на развитие координации | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 45 | Урок-эстафеты  1час | Прыжки со скакалкой. Эстафеты.  Инструкция №19 | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 46 | Урок-игра | ***Физические упражнения и их влияние на физическое развитие.*** | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| **Лыжная подготовка (21 час)** | | | | | | | | |
| 47 | Вводный урок 1час | Передвижение в колонне с лыжами.  Инструкция №16 | Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время | Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей | Ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 48 | Урок-повторе-ние 1час | Передвижение ступающим шагом.  Инструкция №16 | Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Уметь применять правила техники безопасности. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 49  50  51 | Урок-игра  3часа | Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».  Инструкция №16 | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 52  53 | Урок-закрепле-ние 2 часа | Скользящий шаг с палками.  Игра «На буксире»  Инструкция №16 | Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом. | Формирование социальной роли ученика. | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 54 | Урок-игра  1час | Повороты переступанием на месте  Инструкция №16 | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 55  56 | Урок-игра  2часа | Повороты переступанием в движении  Инструкция №16 | Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. | Формирование положительного отношения  к учению | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 57 | Урок-игра  1час | Спуски в низкой стойке. Игра «Кто дальше скатится с горки»  Инструкция №16 | Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном***.*** | Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 58 | Урок-игра  1час | Спуски в основной стойке  Инструкция №16 | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Характеристика основных физических качеств. Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 59 | Урок-эстафета  1час | Подъёмы ступающим шагом.  Инструкция №16 | Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Правила проведение подвижных игр во время прогулок в зимнее время. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 60  61 | Урок-игра  2часа | Подъемы скользящим шагом  Инструкция №16 | Осваивать умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 62  63 | Урок-игра  2часа | Подъем и спуски под уклон.  Инструкция №16 | Техника спусков и подъемов | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 64  65 | Урок-путешествие 2часа | Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности  Инструкция №16 | Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного  отношения  к учению | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 66 | Урок-игра  1час | Передвижение на лыжах до 1,5 км.  Инструкция №16 | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.  Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 67 | Зачетный урок 1час | Передвижение на лыжах до 1,5 км.  Инструкция №16 | Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. | Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| **Гимнастика с основами акробатики (3 часа)** | | | | | | | | |
| 68 | Урок-путешествие 1 час | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания  Инструкция №18 | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения  к учению | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.  Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 69 | Урок-игра  1час | Передвижение по наклонной гимнастической скамейке  Инструкция №18 | Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения  к учению | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 70 | Урок-эстафета 1час | Прыжки со скакалкой. Эстафеты с обручами.  Инструкция №19 | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | Осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности. | Анализировать результаты двигательной активности;  фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| **Подвижные игры на материале раздела «Спортивные игры» ( 19 часов) + Знания о физической культуре ( 2 часа)** | | | | | | | | |
| 71 | Урок-игра  1час | ***Упражнения для формирования правильной осанки.*** | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 72 | Урок путешествие 1час | Ведение мяча на месте.  Инструкция №19 | Осваивать технические действия основ спортивных игр. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 73 | Урок-игра  1час | ***Значение закаливания для укрепления здоровья.*** | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 74 | Урок-эстафета  1час | Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.  Инструкция №19 | Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр. | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 75 | Урок-игра  1час | Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».  Инструкция №19 | Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 76 | Урок-игра | Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.  Инструкция №19 | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 77 | Урок-игра | Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому»  Инструкция №19 | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 78 | Урок-группо-вой деятельности 1час | Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)  Инструкция №19 | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 79 | Урок-игра | Ведение мяча в парах.  Игра «У кого меньше мячей»  Инструкция №19 | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения  к учению | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 80  81  82 | Урок- соревнование 3часа | Игра в баскетбол по упрощенным правилам.  Инструкция №19 | Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 83 | Урок-игра  1час | Удар по неподвижному мячу с места  Инструкция №19 | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 84 | Урок-эстафета  1час | Удар по катящемуся мячу  Инструкция №19 | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 85 | Урок-игра  1час | Удар по мячу с одного – двух шагов  Инструкция №19 | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 86 | Урок-игра  1час | Игра «Точная передача»  Инструкция №19 | Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 87  88 | Урок-турнир  2часа | Игра в мини-футбол по упрощенным правилам  Инструкция №19 | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. | Формирование социальной роли ученика. | Уметь взаимодействовать в команде при игре в мини футбол | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| 89 | Урок-игра  1час | Игра «Охотники и утки»  Инструкция №19 | Осваивать универсальные умения  ловкость во время подвижных игр. | Формирование положительного отношения к учению | Выбор эффективных способов решения игровых действий | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 90 | Урок-игра  1час | Игра «Выстрел в небо»  Инструкция №19 | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;  приобретению новых знаний и умений. | Моделировать различные отношения между объектами;  исследовать собственные нестандартные способы решения; | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 91 | Урок-игра  1час | Игра «Брось-поймай»  Инструкция №19 | Правила проведения подвижных игр во время занятий. | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. |  |
| **Легкая атлетика (11 часов)** | | | | | | | | |
| 92 | Урок-игра  1час | Ходьба и бег с изменением темпа.  Инструкция №17 | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.  Формировать потребности к ЗОЖ. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 93 | Зачетный урок 1час | Челночный бег 3х10 м. Игра «Мышеловка».  Инструкция №17 | Правила и технику выполнения челночного бега | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 94 | Урок-игра  1час | Бег 30 м.  Игра «Пятнашки» ,бег на скорость  Инструкция №17 | Различия в изменении темпа при ходьбе и беге, длины шагов бега и где их можно применять; | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 95 | Урок-эстафета  1час | Бег с эстафетной палочкой  Инструкция №17 | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных потребностей. | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки |  |
| 96 | Урок-игра  1час | Равномерный, медленный бег до 4мин.  Инструкция №17 | Пробегать в равномерном темпе 4 минуты  Выполнять высокий старт с последующим ускорением | Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве. | Выделение и формулирование учебной цели;  выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителем  Умение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 97 | Урок эстафета  1час | Прыжки в длину с места.  Игра «Пустое место».  Инструкция №17 | Уметь правильно выполнять прыжки в длину с места и правильно приземляться на две ноги | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Умение структурировать знания  Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 98 | Урок-игра  1час | Прыжки в длину с разбега. Равномерный, медленный бег  Инструкция №17 | Понятие «короткая дистанция», бег на скорость, бег на выносливость. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 99 | Урок группо-вой деятельности 1час | Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами.  Инструкция №17 | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 100 | Урок-игра  1час | Метание мяча в вертикальную цель.  Игра «Точно в мишень» | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 101 | Урок-игра  1час | Метание мяча на дальность  Инструкция №17 | Выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из-за головы из исходных положений: сидя и стоя. | Волевая саморегуляция, способность к мобилизации сил и энергии | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |
| 102 | Урок-игра  1час | Бросок набивного мяча (1 кг.) на дальность.  Инструкция №17 | Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. | Формирование социальной роли ученика.  Формирование положительного отношения к учению | Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях |  |