

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 570  
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

<p style="text-align: center;">УТВЕРЖДАЮ</p> <p>Директор ГБОУ СОШ № 570  / Н.Ю. Фомина/ 30 августа 2019 г.</p> 	<p style="text-align: center;">СОГЛАСОВАНО</p> <p>Заместитель директора по УВР  / Н.Н. Григорьева/ 30 августа 2019 г.</p>
<p>РАССМОТРЕНО</p> <p>На заседании МО учителей физической культуры, технологии и ОБЖ Протокол № 4 от 29 августа 2019 г.</p> <p>Руководитель МО  / О.А. Гуськова/</p>	<p>ПРИНЯТО</p> <p>решением педагогического совета ГБОУ школы №570 Невского района Санкт-Петербурга Протокол № 14 от 30 августа 2019 г.</p> <p>Председатель педагогического совета  / Н.Ю. Фомина/</p>

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету **«Физическая культура»**

Класс 2-Б

2019-2020 учебный год

Ф. И.О. учителя: Аксенова Анастасия Андреевна

Категория: первая

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

**2019**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373 (с изменениями);
- Примерные программы по учебным предметам. – М.: Просвещение, 2015 г.
- *Лях, В. И.* Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы /В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2015;
- Образовательная программа ГБОУ СОШ № 570 Невского района Санкт-Петербурга (включая извлечение из пп. 3.1. образовательной программы НОО) на 2019/2020 уч.год.
- Письмо Минобрнауки РФ от 08.10.2010 № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры»

### Цели и задачи обучения по предмету.

**Целью физического воспитания** в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизации учебно-воспитательного процесса.

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей детей, региональных и местных особенностей образовательного учреждения, климато-географических условий и имеющейся специализации учителя физической культуры, часы вариативной части распределяют для занятий спортивными играми и легкой атлетикой, где посредством специальных прикладных легкоатлетических упражнений обеспечивается развитие жизненно необходимых физических качеств, умений и навыков.

**Задачи физического воспитания** учащихся 2 классов направлены на:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении

- правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов(представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности

### **Количество учебных часов и место предмета в учебном плане**

Согласно учебному плану образовательного учреждения на изучение физической культуры во 2 классе выделяется 102 часа.

Программа рассчитана на 3 часа в неделю (34 учебных недели) количество часов на изучение физической культуры составит:

- 1 четверть – 24 часа (8 недель)
- 2 четверть – 24 часа (8 недель)
- 3 четверть – 30 часов (10 недель)
- 4 четверть – 24 часа (8 недель)

### **Учет особенностей обучающихся класса**

Младший школьный возраст 7 лет (вершина детства), возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата: таз и позвоночник подвижен и гибок (с одной стороны хорошо можно развивать гибкость, с другой плохо могут наблюдаться искривление позвоночника, плоскостопие) уделять большое внимание упр. для осанки и профилактики плоскостопию. Нервная система находится в стадии формирования и процессы возбуждения преобладают над процессами торможения, и поэтому младший школьник подвижен и испытывает большую потребность в движении, которые надо удовлетворить

1. На уроке основной задачей является совершения естественных двигательных действий (бег, ходьба, прыжки, метание, лазание и т.п.)

2. На каждом уроке решается не более 2-3 задач связанных с усвоением или совершением учебного материала.

3. На каждом уроке обязательно проводятся подвижные игры.

4. При обучении основным видам движений обращается внимание на правильность и точность выполнения упражнений.

Одним из направлений двигательных действий является выполнение различных упражнений под дидактические рассказы. По возможности из урока исключены упражнения связанные со значительное статическим напряжением и упражнения связанные с натужением (задержка дыхания). Упражнения на скорость выполняются кратковременно (6-8сек).

Объяснение каждого упражнения носит сюжетный характер, позволяющий детям самостоятельно имитировать движения. Все подвижные игры направлены на решение разные педагогические задачи.

### **Планируемые результаты**

**Личностными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

**Метапредметными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

**Предметными результатами** изучения курса «Физическая культура» являются:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### **Используемые виды и формы контроля**

**Виды контроля:**

- текущий
- итоговый

**Формы контроля:**

- устный опрос
- сдача нормативов

### **Используемый учебно-методический комплект**

В соответствии с образовательной программой школы использован учебно-методический комплект «Школа России» (рекомендован Министерством образования РФ и входит в федеральный перечень учебников на 2018-2019 учебный год):

- Лях В. И. Физическая культура. Учебник. 1-4 классы. – М, Просвещение, 2013
- Лях, В. И. Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В. И. Лях. - М. : ООО «Фирма "Издательство АСТ"», 2014.
- Кофман, Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, 1998.
- А.Ю. Патрикеев. Поурочные разработки по физической культуре к УМК В.И. Ляха («Школа России») / А.Ю. Патрикеев – М.: «Вако» 2015.

### **2.Интернет-ресурсы:**

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : <http://festival.1september.ru/articles/576894>

Учительский портал. - Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511>

К уроку.ru. -Режим доступа : <http://www.k-yroky.ru/load/71-1-0-6958>

Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>

[Pedsovet.Su](http://pedsovet.su). - Режим доступа : <http://pedsovet.su>

Ргошколу.Яи. — Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru>

Педсовет.о^ . - Режим доступа : <http://pedsovet.org>

### Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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. К значительным ошибкам относятся:

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

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

**Характеристика цифровой оценки (отметки).**

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

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

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

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

В 2 классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

### УРОВЕНЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Контроль-ные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, количество 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					

### Отличительные особенности рабочей программы.

На основании Примерной образовательной программы, в соответствии с методическими рекомендациями о введении третьего часа физической культуры в полном объеме учебной нагрузки обучающихся ОУ РФ (письмо Минобрнауки РФ от 08.10.2010 № ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры»), учитывая организационно-педагогические условия реализации учебно-воспитательного процесса в школе №570 учебные занятия по программе физическая культура в календарном тематическом планировании делятся на 2 блока.

В соответствии с письмом Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 23.08.2014 № 01-16-2569/13-0-0 при проведении занятий физической культурой (II блок) реализуется программа учебного курса «Дорожная безопасность» в объеме 11 часов в год.

I блок содержит следующие разделы:

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	21
2	Гимнастика с основами акробатики	18
3	Спортивные игры на основе баскетбола	9
4	Лыжные гонки или кроссовая подготовка	12
5	Кроссовая подготовка	8

II блок содержит следующие разделы:

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов
1	Подвижные игры	34
2	Дорожная безопасность	11

### Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	21
2	Гимнастика с основами акробатики	18
3	Подвижные игры	34
4	Спортивные игры	9
5	Лыжные гонки	12
6	Кроссовая подготовка	8
Количество уроков в неделю		3
Количество учебных недель		34
Итого		102

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Универсальные учебные действия (УУД)	Виды контроля	Дата проведения	
					план	факт
<b>Легкая атлетика (10 часов), Подвижные игры (5 часов)</b>						
1	Вводный инструктаж по Т.Б. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий.	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:-</b> оценивают правильность выполнения действия; -адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	текущий	02 – 06.09	
2	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
3	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии		текущий		
4	Бег с максимальной скоростью 30 м. Развитие скоростных способностей.	Урок «открытия» нового знания	<b>Познавательные:</b> Обще учебные: -используют общие приемы решения поставленных задач; -ориентируются в разнообразии способов решения; -определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели; - Умение структурировать знания, - Выделение и формулирование учебной цели.	текущий	9 – 13.09	
5	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60 м). Развитие скоростных и координационных способностей	Урок «открытия» нового знания		текущий		
6	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Дорога, её элементы и правила поведения на ней.	Урок рефлексии		текущий		
7	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Эстафеты. Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания	<b>Коммуникативные :-</b> использовать речь для регуляции своего действия; -договариваются и приходят к общему мнению и решению в	текущий	16 – 20.09	
8	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов.	Урок				



	Развитие скоростных и координационных способностей.	«открытия» нового знания			
9	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии		текущий	
10	Прыжок с высоты (до 40 см). ОРУ. Эстафеты. Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания		текущий	
11	Метание малого мяча в горизонтальную цель с расстояния 4–5 м. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания		текущий	23 – 27.09
12	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии	совместной деятельности -используют речь для регуляции своего действия	текущий	
13	Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания	- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.	текущий	
14	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м. ОРУ. Эстафеты.	Урок «открытия» нового знания	<b>Личностные:</b> -Ценностно-смысловая ориентация учащихся, -Нравственно-этическое оценивание -проявление учебно-познавательного интереса к учебному предмету	текущий	30.09 – 04.10
15	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами. ПДД. Пешеходные переходы.	Урок рефлексии	Понимать причину успеха в учебной деятельности. -уметь выполнять анализ	текущий	
самоконтроль результата					
16	Равномерный бег 3 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100 м).	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:</b> - оценивают правильность выполнения действия; -адекватно воспринимают предложение	текущий	07 – 11.10
17	Преодоление малых препятствий. ОРУ.	Урок		текущий	

	Развитие выносливости.	«открытия» нового знания	ния и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации			
18	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами.	Урок рефлексии		текущий		
19	Равномерный бег 4 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания	<b>Познавательные:</b> - Умение структурировать знания, -Анализировать - определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	текущий	14– 18.10	
20	Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
21	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с малыми мячами.	Урок рефлексии	<b>Коммуникативные</b> :-использовать речь для регуляции своего действия -Понимать другие позиции, взгляды -уметь работать в парах и согласовывать свои интересы, для того чтобы сделать что-то сообща.	текущий		
22	Равномерный бег 5 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания		текущий	21 – 25.10	
23	Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости.	Урок «открытия» нового знания	<b>Личностные:</b> -уметь раскрывать тему и свою позицию -само анализировать, следить за контролем результата. -Знать название игр и уметь их рассказывать и применять с группой, друзьями.	текущий		
24	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами.	Урок рефлексии	-обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	текущий		
25	Равномерный бег 6 мин. ОРУ. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
26	Развитие выносливости.	Урок «открытия»		текущий		

		нового знания				
27	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами. ПДД. Пешеходные переходы.	Урок рефлексии		текущий		
28	Инструктаж по Т.Б. Кувырок в сторону. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:-</b> оценивают правильность выполнения действия; -адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации - Планирование промежуточных целей с учетом результата. -корректировать выполнение акробатических и обще развивающих упражнений с предметами и без них;  <b>Познавательные:</b> - Обще учебные: -используют общие приемы решения поставленных задач; - Умение структурировать знания, -Анализировать - определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели	текущий	4,11 – 8,11	
29	Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
30	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии		текущий		
31	Размыкание и смыкание приставными шагами. Стойка на лопатках. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания	текущий	11 – 15.11		
32	Строевые упражнения. Развитие координационных способностей. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания	текущий			
33	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии	текущий			
34	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ.	Урок «открытия» нового знания	текущий	18 – 22.11		
35	Передвижение в колонне по одному по	Урок	текущий			

	указанным ориентирам. Вис стоя и лежа.	«открытия» нового знания	- Поиск и выделение необходимой информации			
36	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Нерегулируемые перекрёстки.	Урок рефлексии	<b>Коммуникативные</b> :-использовать речь для регуляции своего действия; -используют речь для регуляции своего действия	текущий		
37	ОРУ с гимнастическим палками.. Развитие силовых способностей.	Урок «открытия» нового знания	-знать название выполнения своего упр. -Разрешение конфликтов, постановка вопросов.	текущий	25 – 29.11	
38	В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках.	Урок «открытия» нового знания	-Управление поведением партнера: контроль, коррекция.	текущий		
39	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии	<b>Личностные:-</b> -Нравственно-этическое оценивание -Видеть красоту движений	текущий		
40	Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей.	Урок «открытия» нового знания	-оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами. -оказать доврачебную помощь при легких ушибах и травмах. -обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях.	текущий	02 – 06.12	
41	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
42	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии		текущий		
43	ОРУ. Развитие координационных способностей. Перелезание через коня, бревно.	Урок «открытия» нового знания		текущий	9 – 13.12	
44	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на	Урок «открытия»		текущий		

	бревне.		нового знания			
45	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Нерегулируемые перекрёстки.		Урок рефлексии		текущий	
46	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук.		Урок «открытия» нового знания		текущий	
47	Перелезание через коня, бревно. Развитие координационных способностей.		Урок «открытия» нового знания		текущий	16 – 21.12
48	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.		Урок рефлексии		текущий	
49	Инструктаж по ТБ. Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.	Инструктаж по Т.Б. Разновидности ходьбы в чередовании с бегом до 150м. Общеразвивающие упражнения. Бег с ускорением до 30м.	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:</b> -прилагать усилия для преодоления трудностей -поправлять себя при необходимости. Если результат не достигнут -соотносит результат своей деятельности с целью и оценивать его. - оценивают правильность выполнения действия -корректировать выполнение техники выполнения двигат. действий.  <b>Познавательные:-</b> используют общие приемы решения поставленных задач;	текущий	13 – 17.01
50	Строевые приемы с лыжами.	Равномерный бег 2 мин. Преодоление ма-	Урок «открытия»		текущий	20 – 24.01

	Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.	лых препятствий. Упражнения с использованием гимнастических скамеек.	нового знания	-Анализировать технику ходов. -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели - Поиск и выделение необходимой информации  <b>Коммуникативные</b> :-использовать речь для регуляции своего действия; -ставить вопросы, обращаться за помощью, договариваться о распределении функций и ролей в игре.			
51	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.		Урок рефлексии	-договариваться и приходить к общему мнению - Разрешение конфликтов, постановка вопросов -Умение выражать свои мысли,	текущий		
52	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Передвижение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.	Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега	Урок «открытия» нового знания	<b>Личностные:</b> -Нравственно-этическое оценивание -уметь раскрывать тему и свою позицию -Знать название ходов и уметь их рассказывать - обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	текущий	27 – 31.01	
53	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг пяток лыж. Пере-	Равномерный бег 4 мин. Чередование ходьбы и бега	Урок «открытия» нового знания		текущий		

	движение ступающим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,3км.						
54	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Регулируемые перекрестки. Светофор. Регулировщик и его сигналы.		Урок рефлексии			текущий	
55	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,5км..	Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега	Урок «открытия» нового знания			текущий	3 – 07.02
56	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом.	Равномерный бег 6 мин. Преодоление малых препятствий.	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:</b> -прилагать усилия для преодоления трудностей -поправлять себя при необходимости. Если результат не достигнут -соотносит результат своей деятельности с целью и оценивать его. - оценивают правильность выполнения действия		текущий	

	Прохождение дистанции на лыжах 0,5км.			-корректировать выполнение техники выполнения двигат. действий.			
57	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.		Урок рефлексии	<b>Познавательные:-</b> используют общие приемы решения поставленных задач;	текущий		
58	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,8км.	Равномерный бег 7 мин. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания	-Анализировать технику ходов. -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели - Поиск и выделение необходимой информации  <b>Коммуникативные :-</b> использовать речь для регуляции своего действия; -ставить вопросы, обращаться за помощью, договариваться о распределении функций и ролей в игре. -договариваться и приходить к общему мнению  - Разрешение конфликтов, постановка вопросов -Умение выражать свои мысли,  <b>Личностные:</b> -Нравственно-этическое оценивание -уметь раскрывать тему и свою позицию -Знать название ходов и уметь их рассказывать - обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях	текущий	10 – 14.02	
59	Строевые приемы с лыжами. Повороты переступанием на месте вокруг носков лыж. Передвижение скользящим шагом. Прохождение дистанции на лыжах 0,8км..	Равномерный бег 6 мин. Преодоление малых препятствий.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
60	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений,		Урок рефлексии		текущий		



	ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.						
61	Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1км (без учета времени). Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Равномерный бег 6 мин. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания	<p><b>Регулятивные:</b> -прилагать усилия для преодоления трудностей -поправлять себя при необходимости. Если результат не достигнут -соотносит результат своей деятельности с целью и оценивать его. - оценивают правильность выполнения действия -корректировать выполнение техники выполнения двигат. действий.</p> <p><b>Познавательные:-</b> используют общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>-Анализировать технику ходов. -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели - Поиск и выделение необходимой информации</p> <p><b>Коммуникативные :-</b>использовать речь для регуляции своего действия; -ставить вопросы, обращаться за</p>	текущий	17 – 21.02	
62	Строевые приемы с лыжами. Прохождение дистанции на лыжах 1км (без учета времени). Подъем на склон и спуск в основной и высокой стойках.	Равномерный бег 5 мин. Преодоление малых препятствий.	Урок «открытия» нового знания				
63	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом. ПДД. Регулируемые перекрестки. Светофор. Регулировщик и его сигналы.		Урок рефлексии				текущий
64	Передвижение на лыжах до 2-х км.	Равномерный бег 4 мин. Чередование ходьбы и бега.	Урок «открытия» нового знания				текущий

65	Передвижение на лыжах до 2-х км. Игры на лыжах.	Равномерный бег 3 мин. Преодоление малых препятствий.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
66	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.		Урок рефлексии	<p>помощью, договариваться о распределении функций и ролей в игре.</p> <p>-договариваться и приходить к общему мнению</p> <p>- Разрешение конфликтов, постановка вопросов</p> <p>-Умение выражать свои мысли,</p> <p><b>Личностные:</b> -Нравственно-этиче-</p>	текущий		
67	Инструктаж по Т.Б. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа.		Урок «открытия» нового знания	<p><b>Регулятивные:-</b> оценивают правильность выполнения действия;</p> <p>-адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p>- Планирование промежуточных целей с учетом результата.</p> <p>-корректировать выполнение подвижных игр</p> <p><b>Познавательные:</b> - Обще учебные: -используют общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>- Умение структурировать знания,</p> <p>-Анализировать</p>	текущий	2,03 – 06.03	
68	Прыжки на гимнастической скакалке. Развитие координационных качеств. ОРУ.		Урок «открытия» нового знания		текущий		
69	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.		Урок рефлексии		текущий		
70	ОРУ. Подтягивание на низкой перекладине.		Урок «открытия» нового знания		текущий		09 – 13.03
71	Прыжки через короткую скакалку. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях.		Урок «открытия» нового зна-		текущий		

		ния			
72	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Поездка в автобусе, троллейбусе и в трамвае.	Урок рефлексии	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями</li> <li>-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели</li> <li>- Поиск и выделение необходимой информации</li> <li><b>Коммуникативные</b> :-использовать речь для регуляции своего действия;</li> <li>-ставить вопросы, обращаться за помощью, договариваться о распределении функций и ролей в игре.</li> <li>-договариваться и приходить к общему мнению</li> <li>- Разрешение конфликтов, постановка вопросов</li> </ul>	текущий	

73	Инструктаж по ТБ. Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча).	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:-</b> оценивают правильность выполнения действия; -адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации  - Планирование промежуточных целей с учетом результата. -корректировать выполнение подвижных игр <b>Познавательные:</b> - Обще учебные: -используют общие приемы решения поставленных задач;1 - Умение структурировать знания, -Анализировать - определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями -самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели - Поиск и выделение необходимой информации <b>Коммуникативные :-</b> использовать речь для регуляции своего действия; -ставить вопросы, обращаться за помощью, договариваться о распределении функций и ролей в игре.  -договариваться и приходить к общему мнению - Разрешение конфликтов, постановка вопросов	текущий	16 – 20.03	
74	Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча).	Урок «открытия» нового знания		текущий		
75	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии		текущий		
76	Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча).	Урок «открытия» нового знания	текущий	23 – 27.03		
77	Бег с изменением направления движения. Упражнения с мячами (ловля и передача мяча, ведение мяча).	Урок «открытия» нового знания				
78	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Урок рефлексии				
79	Ловля и передача мяча в движении. ОРУ. Развитие координационных способностей.	Урок «открытия» нового знания	текущий	30,03- – 03.04		
80	Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	Урок «открытия» нового знания				
81	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом. ПДД. Поездка в автобусе, троллейбусе	Урок рефлексии			текущий	

	и в трамвае.					
82	Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	Урок «открытия» нового знания	-Умение выражать свои мысли, - Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками. <b>Личностные:</b> -Нравственно-этическое оценивание -уметь раскрывать тему и свою позицию -ориентироваться на причину успеха в учебной деятельности	текущий	06,04 – 10.04	
83	Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	Урок «открытия» нового знания		текущий		
84	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Урок рефлексии		текущий		
85	Ведение правой (левой) рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	Урок «открытия» нового знания			13 – 17.04	
<b>в учебной деятельности</b>						
86	Инструктаж по ТБ. Прыжки с поворотом на 180 гр. Прыжок с места. Эстафеты.	Урок «открытия» нового знания	<b>Регулятивные:-</b> оценивают правильность выполнения действия; -адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других .планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации  <b>Познавательные:</b> Обще учебные: -используют общие приемы решения поставленных задач; -ориентируются в разнообразии способов решения;	текущий	20,04 – 24.04	
87	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с мячом.	Урок рефлексии		текущий		
88	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов.	Урок «открытия» нового знания		текущий	27,04 – 1,05	
89	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов.	Урок «открытия» нового знания		текущий		
90	Подвижные игры с элементами строе-	Урок		текущий		

	вых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с мячом. ПДД. Дорожные знаки.	рефлексии	-определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физ. упражнениями			
91	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением 30м.	Урок «открытия» нового знания	-самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели; - Умение структурировать знания, - Выделение и формулирование учебной цели.	текущий	4,05 – 08,05	
92	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением 30м. Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания	<b>Коммуникативные</b> :-использовать речь для регуляции своего действия; -договариваются и приходят к общему мнению и решению в совместной деятельности	текущий		
93	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с мячом.	Урок рефлексии	-используют речь для регуляции своего действия - Управление поведением партнера: контроль, коррекция.	текущий		
94	Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 30м. Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания	<b>Личностные:</b> -Ценностно-смысловая ориентация учащихся, -Нравственно-этическое оценивание	текущий	11,05 – 15.05	
95	Бег 30 м на результат. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением 30м. Челночный бег.	Урок «открытия» нового знания	-проявление учебно-познавательного интереса к учебному предмету	текущий		
96	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками.	Урок рефлексии	Понимать причину успеха в учебной деятельности.	текущий		
97	Метание малого мяча на дальность. ОРУ. Кроссовый бег. Эстафеты.	Урок «открытия» нового знания	-уметь выполнять анализ самоконтроль результата	текущий	18,05 – 22.05	
98	Метание малого мяча в вертикальную цель с расстояния 4-5м. Метание набивного мяча. Кроссовый бег.	Урок «открытия» нового знания	-раскрывать внутреннюю позицию школьника	текущий		
99	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений,	Урок рефлексии		текущий		

	ходьбы и бега, с прыжками. ПДД. Где можно и где нельзя играть.				
100	Бег в 1500м на время. Метание малого мяча в цель с 3-4 метров.	Урок «открытия» нового знания		текущий	
101	Итоги года. Подвижные игры.	Урок «открытия» нового знания		текущий	25,05 – 29.05
102	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками, с мячом.	Урок рефлексии		текущий	