**Министерство образования и науки Самарской области**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа № 26 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области**

**Рассмотрено Согласовано Утверждаю**

На заседании МО Заместитель директора Директор ГБОУ

учителей технологического школы по УВР СОШ № 26 г. Сызрани

цикла ГБОУ СОШ № 26 г. Сызрани \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.С. Стягова

Протокол № 1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Шалютина Н.А. Приказ №

от « » августа 2014 г. « » августа 2014 г. от « » августа 2014 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2008).

Класс: 2

г. Сызрань, 2014 год.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.67);

- Концепции модернизации Российского образования;

- Концепции содержания непрерывного образования;

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2008);

- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию (руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. - М.: Просвещение, 2010).

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников

**УМК учителя:** Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2009 г.

**УМК обучающегося:**

-Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2006.

-Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2006.

Уровень программы - базовый стандарт.

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю всего 102 часа во 2 классе.

**Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы:** в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач:

**Целью** **программы -** формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:**

* *укрепление* здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
* *совершенствование* жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
* *формирование* общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
* *развитие* интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
* *обучение* простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

— умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Структура и содержание рабочей программы**

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры». Каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

**Формы организации**

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

На *уроках с образовательно-познавательной направленностью* учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениямпо организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использоватьучебники по физической культуре, особенно те их разделы,которые касаются особенностей выполнения самостоятельныхзаданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

*Уроки с образовательно-предметной направленностью* используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

*Уроки с образовательно-тренировочной направленностью* преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки отначала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках собразовательно-тренировочной направленностью необходимоформировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и еевлиянии на развитие систем организма. Также на этих урокахобучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий.

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

### 

### **Учебно- тематический план 2 класса (3 часа в неделю)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № раздела | Название раздела | Количество часов |
| 1. | Легкая атлетика | 18 ч. |
| 2. | Гимнастика | 21 ч. |
| 3. | Подвижные игры | 30 ч. |
| 4. | Легкая атлетика (весна) | 33 ч. |
|  | Всего | 102 ч. |

### 

### **Содержание тем учебного курса**

**2 класс**

**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.

**Физическое совершенствование**

***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***

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

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

*Метание* малого мяча на дальность из-за головы.

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

***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 «Спортивные игры»:*

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

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

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

***Общеразвивающие физические упражнения*** на развитие основных физических качеств.

##### Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

**2 класс**

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

* иметь представление:
* о зарождении древних Олимпийских игр;
* о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
* о правилах проведения закаливающих процедур;
* об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
* уметь:
* определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
* вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
* выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
* выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
* выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
* демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл.).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | | | | | |

#### **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 ненамного. К значительным ошибкам относятся:

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

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

***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 просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

***Формирование универсальных учебных действий:***

Личностные УДД

* Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
* Действие смыслообразования,
* Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

* Умение выражать свои мысли,
* Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
* Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
* Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
* Построение высказываний в соответствии с условиями коммутации.

Регулятивные УДД

* Целеполагание,
* волевая саморегуляция,
* коррекция,
* оценка качества и уровня усвоения.
* Контроль в форме сличения с эталоном.
* Планирование промежуточных целей с учетом результата.

***Познавательные универсальные действия:***

Общеучебные:

* Умение структурировать знания,
* Выделение и формулирование учебной цели.
* Поиск и выделение необходимой информации
* Анализ объектов;
* Синтез, как составление целого из частей
* Классификация объектов.

##### Требования к уровню подготовки обучающихся (повышенный уровень)

*Умение применить свои навыки в соревновательной деятельности на внешнем уровне.*

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование ― безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Таблица

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения** | **Количество** |
| **1.** | **Основная литература для учителя** |  |
| **1.1.** | **Стандарт начального общего образования по физической культуре** | **Д** |
| **1.2.** | Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008. | **Д** |
| **1.3.** | **Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2006.** | **Ф** |
| **1.4.** | **Рабочая программа по физической культуре** | **Д** |
| **2.** | **Дополнительная литература для учителя** |  |
| **2.1.** | **Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»** | **Ф** |
| **2.2.** | Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998. | **Д** |
| **2.3.** | Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методики физического воспитания 2001г. | **Д** |
| **2.4.** | Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г. | **Д** |
| **2.5.** | Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998. | **Д** |
| **2.6.** | Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006 | **Д** |
| **3.** | **Дополнительная литература для обучающихся** |  |
| **3.1.** | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению. | **Д** |
| **4.** | **Технические средства обучения** |  |
| 4.1. | Музыкальный центр | Д |
| 4.2. | Аудиозаписи | Д |
| **5.** | **Учебно-практическое оборудование** |  |
| 5.1. | Бревно гимнастическое напольное | П |
| 5.2. | Козел гимнастический | П |
| 5.3. | Канат для лазанья | П |
| 5.4. | Перекладина гимнастическая (пристеночная) | П |
| 5.5. | Стенка гимнастическая | П |
| 5.6. | Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м) | П |
| 5.7. | Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты) | П |
| 5.8. | Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные | К |
| 5.9. | Палка гимнастическая | К |
| 5.10. | Скакалка детская | К |
| 5.11. | Мат гимнастический | П |
| 5.12. | Гимнастический подкидной мостик | Д |
| 5.13. | Кегли | К |
| 5.14. | Обруч пластиковый детский | Д |
| 5.15. | Планка для прыжков в высоту | Д |
| 5.16. | Стойка для прыжков в высоту | Д |
| 5.17. | Флажки: разметочные с опорой, стартовые | Д |
| 5.18. | Лента финишная |  |
| 5.19. | Рулетка измерительная | К |
| 5.20. | Набор инструментов для подготовки прыжковых ям |  |
| 5.21. | Лыжи детские (с креплениями и палками) | П |
| 5.22. | Щит баскетбольный тренировочный | Д |
| 5.23. | Сетка для переноски и хранения мячей | П |
| 5.24. | Сетка волейбольная | Д |
| 5.25. | Аптечка | Д |

**Д** – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);  
**К** – полный комплект (для каждого ученика);  
**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);  
**П** – комплект

**Календарно – тематическое планирование 2 класс (102 ч.)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *№ урока* | *Тема урока* | | | *Тип урока* | *Планируемые результаты (предметные)* | *Планируемые результаты (личностные и метапредметные)* | | | | *Домашнее задание* | *Дата* |
| *Личностные УУД* | *Познавательные УУД* | *Коммуникативные УУД* | *Регулятивные УУД* |
| **Легкая атлетика - 18 часов.** | | | | | | | | | | | |
| 1.1 | | Правила техники безопасности. | | Вводный | ***Знать*** правила ТБ.  ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м)* | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Соблюдение правил техники безопасности | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 2.2 | | Вводный урок. | | Вводный | ***Знать*** правила ТБ.  ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м* | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Соблюдение правил техники безопасности | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 3.3 | | Бег на короткие дистанции. | | Комплексный | ***Знать*** понятие «короткая  дистанция».  ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 4.4 | | Развитие ловкости. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)* | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасност и при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 5.5 | | Развитие скоростных качеств. | | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 6.6 | | Развитие скоростных качеств, ловкости. | | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м)* | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 7.7 | | Челночный бег. | | Комплексный | ***Знать:*** *понятие «челночный бег».*  ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 8.8 | | Прыжки в длину с разбега. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги. | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжковых упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 9.9 | | Прыжки в длину с места. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику прыжковых упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 10.10 | | Развитие скоростной выносливости. | | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м);* бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*. | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживани | Осваивать технику прыжковых упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 11.11 | | Специально-беговые и прыжковые упражнения. | | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; правильно выполнять основные движения в прыжках. | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 12.12 | | Развитие скоростной выносливости. Бег 300 м. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м);* бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*. | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 13.13 | | Развитие выносливости. | | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м)* | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 14.14 | | Челночный бег на результат. | | Комплексный | ***Знать:*** *понятие «челночный бег».*  ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в ходьбе  и беге; бегать с максимальной  скоростью *(до 30 м, до 60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 15.15 | | Ведение и передача баскетбольного мяча. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать универсальные умения при взаимодействии в парах и группах при выполнении упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 16.16 | | Объяснение правил игры в баскетбол. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать универсальные умения при взаимодействии в парах и группах при выполнении упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 17.17 | | Игра в баскетбол. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать универсальные умения при взаимодействии в парах и группах при выполнении упражнений. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 18.18 | | Подвижные игры. | | Совершенствование | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения ходьбы и беговых упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении ходьбы и беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| **Гимнастика – 21 час.** | | | | | | | | | | | |
| 19.1 | | Строевые упражнения. Акробатика: техника выполнения кувырка вперед, назад. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику кувырков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 20.2 | | Развитие гибкости. Акробатика: перекаты, стойки. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 21.3 | | Развитие равновесия. Прыжки через гимнастическую скакалку. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 22.4 | | Развитие координационных способностей. Лазание по канату. | | Совершенствование | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 23.5 | | Развитие ловкости. Ознакомление с техникой выполнения упражнения на гимнастических снарядах. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 24.6 | | Развитие гибкости. Акробатика: разучивание комбинации. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 25.7 | | Разучивание техники выполнения упражнений на снарядах. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 26.8 | | Развитие специальной выносливости. | | Совершенствование | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 27.9 | | Развитие силовых качеств и силовой выносливости. | | Совершенствование | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 28.10 | | Развитие гибкости. Упражнения на гимнастических снарядах. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 29.11 | | Техника опорного прыжка через гимнастического козла. | | Комплексный | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 30.12 | | Прыжок в длину с места. Опорный прыжок через гимнастического козла. | | Комплексный | Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 31.13 | | Развитие гибкости. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 32.14 | | Развитие скоростно-силовых качеств и координации движений. | | Совершенствование | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 33.15 | | Строевые упражнения. Акробатика: техника выполнения кувырка вперед, назад. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 34.16 | | Развитие гибкости. Акробатика: перекаты, стойки. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 35.17 | | Развитие равновесия. Прыжки через гимнастическую скамейку. Сдача контрольного норматива. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 36.18 | | Упражнение на равновесие: на гимнастической скамейке, на гимнастическом бревне. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 37.19 | | Развитие равновесия. Прыжки через гимнастическую скамейку, сдача контрольного норматива. | | Совершенствование | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 38.20 | | Развитие координационных способностей. Лазание по канату. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику кувырков и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| 39.21 | | Элементы баскетбола (ведение мяча). Развитие ловкости. | | Комплексный | ***Уметь:*** выполнять строевые команды и акробатические элементы раздельно и в комбинации | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения строевых и акробатических упражнений | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | Спортивная форма |  |
| **Подвижные игры – 30 часов.** | | | | | | | | | | | |
| 40.1 | | Элементы баскетбола (ведение мяча). Развитие ловкости. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 41.2 | | Элементы баскетбола (броски мяча в кольцо). Развитие координационных качеств. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 42.3 | | Развитие ловкости. Элементы баскетбола (жонглирование, ведение). | | Комплексный | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 43.4 | | Развитие координационных качеств. Правила игры в баскетбол. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 44.5 | | Развитие ловкости и скоростно-силовых качеств. Элементы баскетбола. | | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 45.6 | | Развитие ловкости. Эстафета с элементами баскетбола. | | Совершенствование | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 46.7 | | Ведение мяча + 5 бросков в кольцо (до попадания). | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 47.8 | | Развитие координационных качеств. | | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 48.9 | | Развитие ловкости. | | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать правила техники безопастности при передачи и ведении мяча | Спортивная форма |  |
| 49.10 | | Техника тройного прыжка с места. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 50.11 | | Тройной прыжок с места. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 51.12 | | Развитие скоростно-силовых качеств. | | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 52.13 | | Развитие координационных качеств и ловкости. | | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 53.14 | | Правила игры в баскетбол. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 54.15 | | Развитие ловкости. Техника и тактика игры в баскетбол. | | Комплексный | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 55.16 | | Совершенствование техники игры в баскетбол. | | Совершенствование | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 56.17 | | Элементы баскетбола (броски мяча в кольцо). Развитие координационных качеств. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 57.18 | | Ведение баскетбольного мяча «змейкой» (правой и левой рукой). | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 58.19 | | Развитие ловкости. Элементы баскетбола (жонглирование, ведение). Сдача контрольного норматива. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 59.20 | | Развитие координационных качеств. Правила игры. | | Комплексный | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 60.21 | | Развитие ловкости и скоростно-силовых качеств. Элементы баскетбола. Сдача контрольного норматива. | | Совершенствование | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 61.22 | | Развитие ловкости. Эстафета с элементами баскетбола. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 62.23 | | Ведение мяча + 5 бросков в кольцо (до попадания). Броски баскетбольного мяча с различных точек. Сдача контрольного норматива. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 63.24 | | Ведение мяча + 5 бросков в кольцо. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 64.25 | | Броски баскетбольного мяча с различных точек. | | Комплексный | ***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*  в процессе подвижных игр | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику бега, ведения мяча различными способами | Выявлять характерные ошибки в выполнение игровых упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 65.26 | | Бег с изменением скорости и направления движения. | | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 66.27 | | Беговые и прыжковые упражнения, ускорения. | | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 67.28 | | Техника тройного прыжка с места. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 68.29 | | Прыжки через гимнастическую скамейку. | | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках через гимнастическую скамейку | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 69.30 | | Развитие скоростно-силовых качеств. Сдача контрольного норматива. | | Совершенствование | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| **Легкая атлетика (весна) – 33 часа.** | | | | | | | | | | | |
| 70.1 | | | Ознакомление с техникой прыжка в высоту с разбега способом «ножницы». | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 71.2 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы». | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 72.3 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы» . Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 73.4 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы». Сдача контрольного норматива – прыжок в высоту с разбега. | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 74.5 | | | Повторение техники челночного бега 6х9 м. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 75.6 | | | Развитие координационных качеств. Челночный бег 6х9 м. | Совершенствование | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 76.7 | | | Развитие ловкости и координации движений. Сдача контрольного норматива. | Совершенствование | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения упражнений | Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений. | Спортивная форма |  |
| 77.8 | | | Техника спринтерского бега (старт и стартовый разгон). | Комплексный | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 78.9 | | | Развитие скоростно-силовых качеств. | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 79.10 | | | Овладение техникой прыжка в длину с разбега. Сдача контрольного норматива. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 80.11 | | | Овладение техникой метания малого мяча с разбега (ознакомление, опробование). | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику метания. | Выявлять характерные ошибки при выполнении метания малого мяча. | Соблюдать правила техники безопасности при метании | Спортивная форма |  |
| 81.12 | | | Овладение техникой прыжка в длину с разбега (разбег, отталкивание). Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 82.13 | | | Техника прыжка в длину с разбега в полной координации. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 83.14 | | | Развитие скоростных качеств. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 84.15 | | | Развитие выносливости. Метание малого мяча с разбега в полной координации. | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику метания. Осваивать технику метания. | Выявлять характерные ошибки при выполнении метания малого мяча | Соблюдать правила техники безопасности при метании | Спортивная форма |  |
| 85.16 | | | Развитие силовых качеств. Совершенствование метания малого мяча с разбега. | Совершенствование | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику метания. | Выявлять характерные ошибки при выполнении метания малого мяча. | Соблюдать правила техники безопасности при метании | Спортивная форма |  |
| 86.17 | | | Развитие скоростной выносливости. Эстафетный бег. | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 87.18 | | | Развитие выносливости. Совершенствование техники бега на длинные дистанции. | Совершенствование | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 88.19 | | | Техника эстафетного бега. | Комплексный | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 89.20 | | | Беговые и прыжковые упражнения. Подведение итогов. | Совершенствование | ***Уметь:*** бегать в равномерном темпе *(до 10 мин)*; по слабо пересеченной местности *(до 1 км)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега и прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 90.21 | | | Ознакомление с техникой прыжка в высоту с разбега способом «ножницы». | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 91.22 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы». | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 92.23 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы». Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 93.24 | | | Прыжки в высоту с разбега способом «ножницы». Сдача контрольного норматива. | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 94.25 | | | Повторение техники челночного бега 4х9 м. | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 95.26 | | | Развитие координационных качеств. Челночный бег 4х9 м. | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 96.27 | | | Развитие ловкости и координации движений. Сдача контрольного норматива. | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 97.28 | | | Техника спринтерского бега (старт и стартовый разгон). | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 98.29 | | | Развитие скоростно-силовых качеств. | Совершенствование | *Уметь:* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(60 м)* | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений | Спортивная форма |  |
| 99.30 | | | Овладение техникой прыжка в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 100.31 | | | Овладение техникой метания малого мяча. | Комплексный | ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы | Осваивать технику метания. | Выявлять характерные ошибки в технике метания малого мяча | Соблюдать правила техники безопасности при метании | Спортивная форма |  |
| 101.32 | | | Техника прыжка в длину с разбега в полной координации. Развитие координационных способностей. | Комплексный | *Уметь:* правильно выполнять движения в прыжках; правильно приземляться | Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях | Осваивать технику прыжков различными способами | Выявлять характерные ошибки при выполнении прыжковых упражнений. | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |
| 102.33 | | | Беговые и прыжковые упражнения. Подведение итогов учебного года. | Совершенствование | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  метанием | Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Осваивать технику ходьбы бега различными способами | Выявлять характерные ошибки в технике бега | Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений | Спортивная форма |  |