

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
с. Ягодное муниципального района Ставропольский Самарской области

«Рассмотрено»
Руководитель
методического
объединения учителей
начальных классов
С.В. Белоусова
протокол № 1
от «14» 09 2015г.

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР
Е.А. Шумакова
«15» 09 2015г.

«Утверждено»
Директор учреждения
Ф.А. Давыдов
приказ №
от «15» 09 2015г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

ДЛЯ 2 КЛАССА

Составитель программы:
Юков Алексей Михайлович,
учитель физической культуры.

с. Ягодное
2015-2016 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для 2 класса по физической культуре разработана на основе «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012 в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом общего начального образования, на изучение физической культуры во 2 классе отводится 102 часа (3 часа в неделю). Третий час учебного предмета «Физическая культура» используется на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Учебный предмет «Физическая культура» входит в образовательную область «Физическая культура».

Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения - физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) - достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию содержательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Предметом обучения физической культуры во 2 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- 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 физических (координационных и кондиционных) способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым 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.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разно-уровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества— идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности, учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Содержание программы

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика.

Базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся и местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

В базовую часть входят:

Естественные основы знаний.

Здоровье и физическое развитие ребенка. Основные формы движений. Работа органов дыхания.

Выполнение основных движений к предметам, с разной скоростью, на ограниченной площади опоры. Измерение роста, веса, положение в пространстве.

Социально-психологические основы.

Влияние физических упражнений, закаляющих процедур, личной гигиены и режима дня на укрепление здоровья.

Выполнение жизненно важных навыков и умений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, перелезание) в игровой обстановке.

Контроль за выполнением физических упражнений и тестирования физических качеств.

Приемы закаливания: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры.

В программе освоения учебного материала теоретические разделы сочетаются с практическими, основой которых является урок физкультуры, разделяющийся на 3 типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

Спортивно-оздоровительная деятельность проходит красной линией по следующим разделам:

Гимнастика с элементами акробатики

строй, строевые действия в шеренге, колонне; выполнение строевых команд), упражнения в лазании и перелезании, в равновесии, упражнения по заданию учителя.

Легкая атлетика: бег с высоким подниманием бедра, в медленном темпе, изменение темпа бега, дыхание в беге, техника бега и ходьбы, прыжки на одной, двух ногах, в длину и высоту, спрыгивание и запрыгивание, передача и ловля малого мяча, метание в вертикальную цель и на дальность, бросок большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Подвижные и спортивные игры. Многообразие двигательных действий оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей, в результате чего закладываются основы игровой деятельности, совершенствующие движения (ходьба, бег, прыжки, метание).

Общеразвивающие упражнения по базовым видам и внутри разделов.

В процессе овладения учебной деятельностью на занятиях физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

Результаты освоения предмета «Физическая культура»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

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

Требования к уровню подготовки учащихся к концу 2-ого года обучения.

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- по разделу «Знания о физической культуре» — выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры, рассказывать, что такое физические качества, режим дня и как он влияет на жизнь человека, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля;
- по разделу «*Гимнастика с элементами акробатики*» — строиться в шеренгу и колонну, выполнять наклон вперед из положения стоя, подъем туловища за 30 с на скорость, подтягиваться из виса лежа согнувшись, выполнять вис на время, кувырок вперед, кувырок вперед с трех шагов и с разбега, мост, стойку на лопатках, стойку на голове, выполнять вис с завесом одной и двумя ногами на перекладине, вис согнувшись и вис прогнувшись на гимнастических кольцах, переворот назад и вперед на гимнастических кольцах, вращение обруча, лазать по гимнастической стенке и перелезть с пролета на пролет, по канату, прыгать со скакалкой и в скакалку, на мячах-хопах, проходить станции круговой тренировки, разминаться с мешочками, скакалками, обручами, резиновыми кольцами, с гимнастической палкой, выполнять упражнения на координацию движений, гибкость, у гимнастической стенки, с малыми мячами, на матах, на матах с мячами, с массажными мячами, с гимнастическими скамейками и на них;
- по разделу «*Легкая атлетика*» — технике высокого старта, пробегать на скорость дистанцию 30 м с высокого старта, выполнять челночный бег 3 x Юм, беговую разминку, метание как на дальность, так и на точность, прыжок в длину с места и с разбега, метать гимнастическую палку ногой, преодолевать полосу препятствий, выполнять прыжок в высоту с прямого разбега с чередованием ходьбы с бегом, броски набивного мяча от груди, снизу и из-за головы, пробегать 1 км;
- по разделу «*Коньки*» — стоять на коньках, выполнять разгон, поворот, скольжение, падение, ускорение, играть в подвижные игры на коньках «Салки», «Восьмерка».
- по разделу «*Подвижные игры*» — играть в подвижные игры: «Ловишка», «Салки», «Салки с домиками», «Салки — дай руку», «Салки с резиновыми кружочками», «Салки с резиновыми кольцами», «Прерванные пятнашки», «Колдунчики», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Хвостики», «Командные хвостики», «Флаг на башне», «Бездомный заяц», «Вышибалы», «Волк во рву», «Ловля обезьян», «Ловля обезьян с мячом», «Кот и мыши», «Осада города», «Ночная охота», «Удочка», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая

линия», «Медведи и пчелы», «Шмель», «Ловишка с мешочком на голове», «Салки на снегу», «Совушка», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка с мячом и защитниками», «Охотник и утки», «Охотник и зайцы», «Ловишка на хобах», «Забросай противника мячами», «Точно в цель», «Вышибалы через сетку», «Собачки», «Земля, вода, воздух», «Воробьи — вороны», «Антивышибалы», выполнять броски и ловлю мяча различными способами, через волейбольную сетку, в баскетбольное кольцо способами «снизу» и «сверху», технике ведения мяча правой и левой рукой, участвовать в эстафетах.

Учебный предмет «Физическая культура» тесно взаимосвязан со всеми предметами школьного курса. Практически вся тематика Физической культуры базируется на знаниях, получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках Физической культуры непременно используется межпредметная связь:

- обж - ЗОЖ, оказание первой медицинской помощи, обморожения, ожоги;
- география - туризм, выживание в природе;
- химия - процессы дыхания;
- физика - природные явления, ускорение, расстояние, масса, мощность, сила;
- история - история Олимпийских игр, история спорта;
- математика - расстояние, скорость;
- биология - режим дня школьника, рацион питания, оказание ПМП, работа мышц, кровообращение, утомление, экологическая безопасность;

Материально-техническое обеспечение

Учебно-практическое и лабораторное оборудование

- Мат гимнастический(поролон)
- Мат гимнастический складной
- Сетка волейбольная
- Скамья гимнастическая
- Спортивный тренажер
- Стол для настольного тенниса
- Гимнастическая стенка
- Щит баскетбольный
- Мяч баскетбольный №6
- Мяч баскетбольный №7
- Мяч футбольный №5
- Мяч волейбольный № 5
- Комплект для игры в бадминтон
- Комплект для игры в настол. теннис
- Гимнастический мат
- Тренажер «Педало»
- Тренажер «Манупед»
- Беговая дорожка
- Хоккейный корд
- Хоккейные ворота
- Дыхательный тренажер
- Шведская стенка
- Эспандерная система для шведской стенки
- Турник для шведской стенки
- Брусья для шведской стенки
- Скамья трансформер для швед.стенок
- Гантели пустые №1,№2 комп.
- Доска ребристая
- Дуги для подлезания №1(комп)
- Дуги для подлезания№2 (комп)
- Тележка деревянная
- конус
- Набор физкультурно-оздоровительных занятий(компл)
- Детская балансировочная дорожка из блоков(разноцветные блоки)
- Балансировочная дорожка трансформер(деревянная)
- Рамка для растяжки
- Тренажер Roto-Star
- Обруч
- Палка гимнастическая №1,2,3,4
- Мяч теннисный

**Распределение учебного времени прохождения программного
материала по физической культуре в 2 классе**

по четвертям

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	Четверть			
			1	2	3	4
1	Основы знаний о физической культуре		в процессе урока			
2	Спортивная игра волейбол	18	13	5		
3	Гимнастика с элементами акробатики	16		16		
4	Легкая атлетика	32	14			18
5	Коньки	14			14	
6	Спортивная игра баскетбол	22			16	6
	Итого	102	27	21	30	24

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 класс

Общее количество часов на 2015 -2016 учебный год - 102

Общее количество учебных часов на I четверть - 27

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Контроль двигательных действий
Легкая атлетика -14 часов							
1	Высокий старт	1	Вводный	Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением, специальные беговые упражнения, развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ при занятии легкой атлетикой. Подвижные игры «Ловишка»и «Салки — дай руку»	Предметные Выполнять беговую разминку, знать правила бег, играть в подвижные игры Метапредметные <i>Коммуникативные:</i> сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила бега и правила подвижных игр «Ловишка», «Салки — дай руку» Личностные Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 метров	
2	Стартовый разгон	1	Комплексный	Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением 40–50 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье		Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 метров.	Бег 30 метров. Основная группа: Мальчики: «5» – 5,0; «4» – 5,2 ; «3» – 15,6 . Девочки: «5» – 5,3; «4» – 5,6; «3» – 6,0 Подготовительная и специальная мед.группы: без учета времени
3	Бег на короткие дистанции	1	Комплексный	Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением 50–60 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма		Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 метров.	
4	Бег 60	1	Контроль	Бег на результат 60 м,		Уметь пробегать	Бег 60 метров.

	метров		ный	специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма		с максимальной скоростью 60 метров	Основная группа: Мальчики: «5» – 5,2; «4» – 5,5 ; «3» – 6.0. Девочки: «5» – 5,5; «4» – 6,0; «3» – 6,5
5	Прыжок в длину с разбега	1	Совершенство ЗУН	Обучение отталкиванию в прыжке в длину способом «согнув ноги», Разминка в движении, физические качества, техника прыжка в длину с разбега, подвижная игра «Флаг на башне»	<p>Предметные: Называть физические качества, выполнять прыжок в длину с разбега, разминку в движении, понимать правила по подвижной игры «Флаг на башне»</p> <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: рассказывать о физических качествах, выполнять прыжок в длину с разбега, играть в подвижную игру «Флаг на башне»</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в горизонтальную цель	Техника выполнения прыжка в длину с разбега, метания мяча в цель
6	Метание малого мяча	1	Изучение нового материала	Разминка с малыми мячами, метания малого мяча на точность, подвижная игра «Бездомный заяц»	<p>Предметные; Выполнять разминку с малыми мячами, знать правила метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц»</p> <p>Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу,</p>	Уметь прыгать в длину с разбега, метать мяч в горизонтальную цель Техника выполнения прыжка в длину с разбега, метания мяча в цель	
7		1	Совершенство ЗУН				

					<p>устанавливать рабочие отношения. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. <i>Познавательные:</i> рассказывать правила метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Бездомный заяц» <i>Личностные</i> Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>		
8	Прыжок в длину с места	1	Совершенствование ЗУН	<p>Техника прыжков в длину с места. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств</p>	<p>Предметные: Знать, как проходит прыжка в длину с места, правила подвижной игры «Волк во рву» <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p>	Уметь прыгать в длину с места	Техника выполнения прыжка в длину с места
9	Прыжок в длину	1	Совершенствование ЗУН	<p>Прыжок в длину с места. Метание малого мяча в горизонтальную цель с 5–6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	<p><i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в подвижную игру «Волк во рву» <i>Личностные:</i> Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	Уметь прыгать в длину с места, метать мяч с разбега	Техника выполнения прыжка в длину с места, метания мяча в цель
10	Прыжки в высоту способом «перешагивания»	1	Изучение нового материала	<p>Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.</p>	<p>Предметные: Знать технику прыжка в высоту, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями» <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p>	Уметь прыгать в высоту с разбега.	
11		1	Комплексный	<p>Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые</p>		Уметь прыгать в высоту с разбега.	

				упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 2 минут.	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> прыгать в высоту с прямого разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями»		
12		1	Контрольный	Прыжок в высоту с 5–7 беговых шагов способом перешагивания (дев. -80 см., мал. – 85 см.). . Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 2 минут. Подвижная игра «Перестрелка».	<i>Личностные:</i> Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Уметь прыгать в высоту с разбега.	Техника прыжка в высоту способом «перешагивания» Основная группа: Мальчики 110-100-85, девочки 105-95-80 подготовительная и спец. группа (техника прыжка).
13		1	Совершенствование ЗУН	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости	<i>Предметные:</i> Знать технику бега на средние дистанции, бегать в равномерном темпе. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут	
14	Бег на средние дистанции	1	Контрольный	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости	<i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Личностные:</i> Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 минут	Бег 1000 м (вводный контроль)
Спортивные игры (Волейбол) – 13 часов							
15	Стойка и передвижения игрока	1	Изучение нового материала	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. Правила ТБ при игре в волейбол.	<i>Предметные:</i> Знать технику владения мячом, перемещение в стойке, передачу двумя руками. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам Выполнять правильно технические действия	
16		1	Комплексный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты.		Уметь играть в волейбол по упрощенным	

				Подвижные игры с элементами волейбола.	свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	правилам Выполнять правильно технические действия	
17	Передача мяча двумя руками сверху	1	Комплексный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Личностные Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам Выполнять правильно технические действия	Оценка техники выполнения стойки и передвижений
18		1	Комплексный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола.	Предметные: Знать технику владения мячом, владеть приемом и передачей мяча снизу двумя руками, уметь играть в волейбол по упрощенным правилам.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам Выполнять правильно технические действия	
19	Прием мяча снизу двумя руками над собой	1	Совершенствование ЗУН	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам Выполнять правильно технические действия	
20		1	Совершенствование ЗУН	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам Выполнять правильно технические действия	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху
21	Нижняя подача мяча.	1	Изучение нового материала	ОРУ. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Подвижная игра «Поддай и попади».	Личностные Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений	Корректировка техники выполнения упражнений Дозировка	
22		1		ОРУ. ОРУ. Специальные беговые			

			Совершенство ЗУН	упражнения. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Подвижная игра «Подай и попади».	о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	Корректировка техники выполнения упражнений Дозировка индивидуальная	
23	Нападающий удар	1	Изучение нового материала	ОРУ. Верхняя прямая и нижняя подача. Развитие координационных способностей. Разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2 -4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча партнером. Подвижные игры: «Бомбардиры», « По наземной мишени». Учебная игра.	Предметные: Знать технику владения мячом, нападающий удар, уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Личностные Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Уметь демонстрировать технику.	
24		1	Совершенство ЗУН	ОРУ. Верхняя прямая и нижняя подача. Развитие координационных способностей. Разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2 -4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча партнером. Подвижные игры: «Бомбардиры», « По наземной мишени». Учебная игра.		Уметь демонстрировать технику.	
25-27		3	Контрольный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	

Тематическое планирование на II четверть
Общее количество учебных часов на II четверть – 21

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Контроль двигательных действий
Спортивные игры (Волейбол) – 6 часов							
28	Передача двумя руками сверху в парах	1	Комплексный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	<p>Предметные: Разминка с мячами, передача двумя руками сверху в парах, нижняя прямая подача.</p> <p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.</p> <p>Познавательные: передача двумя руками сверху в парах, эстафеты, игра в мини волейбол.</p> <p>Личностные: Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	
29		1	Комплексный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	Оценка техники прием мяча снизу двумя руками.
30	Нижняя прямая подача	1	Изучение нового материала	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	
31		1	Совершенствование ЗУН	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	Оценка техники нижней прямой подачи.
32	Игра в мини-волейбол	1	Контрольный	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол		Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам. Выполнять правильно технические действия	

Гимнастика – 16 часов							
33	Акробатика	1	Изучение нового материала	Строевой шаг. Кувырок вперед. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей Инструктаж по ТБ	Предметные: Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	Уметь выполнять кувырки вперед	
34-35		2	Комплексный	Кувырок вперед и назад. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Характеризовать показатели физического развития. Характеризовать показатели физической подготовки.	Уметь выполнять кувырки вперед, назад	
36-37		2	Комплексный	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей	Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений Научатся выполнять кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости.	Уметь выполнять кувырки, стойку на лопатках	Техника выполнения кувырка вперед и назад, стойки на лопатках
38-39		2	Совершенствование ЗУН	Равномерный бег 12 минут. Акробатические соединения. ОРУ. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения	
40-41		2	Совершенствование ЗУН	Равномерный бег 12 минут. Акробатические соединения из 2-3 элементов. Преодоление препятствий. ОРУ. Спортивные игры. Развитие выносливости	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии. Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,..) Формирование навыков контролировать свое физическое состояние. Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы. Личностные Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения	

					нормах.		
42	Упражнения на равновесие	1	Обучение	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов на месте. Упражнения на равновесие на гимнастической скамейке.			
43-44	Висы: Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки).	2	Изучение нового материала	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (мальчики), смешанные висы (девочки). Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.	Предметные: Научатся выполнять вис на согнутых руках на низкой перекладине, поднимание прямых ног в висе выполнять разминку, направленную на развитие координации движения, Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии. Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,..) Формирование навыков контролировать свое физическое состояние.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, висы, строевые упражнения	
45-46	Подтягивание в висе лежа –дев. Поднимание прямых ног в висе - мал.	2	Комплексный	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись – мальчики (М), смешанные висы – девочки (Д). Подтягивание в висе лежа (Д). Поднимание прямых ног в висе (М). Развитие силовых способностей	Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы. Личностные Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Уметь выполнять комбинацию из разученных элементов, строевые упражнения, висы	
47-48	Опорный прыжок, строевые упражнения, прыжки со скакалкой	2	Совершенствование ЗУН	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Вскок в упор присев. Прыжки со скакалкой. Развитие силовых способностей		Уметь выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Техника выполнения опорного прыжка

Тематическое планирование на III четверть

Общее количество учебных часов на III четверть – 30

Номер урока		Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Контроль двигательных действий
Коньки 14ч							
49	Основы знаний	1	Комплексный	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на катке. Восстановление навыков катания на коньках по прямой: СПУ в помещении без коньков и на коньках. Повторение позы конькобежца. Двухопорное скольжение с различными положениями рук. Упражнение «Пружинки».	Предметные: <i>Моделировать</i> технику базовых способов передвижения на коньках	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
50	Общеразвивающие упражнения	1	Комплексный	Отталкивание при беге на коньках. Восстановление навыков выполнения поворотов «дугой» вправо, влево 4раза. Катание по беговой дорожке 2-3 круга. Произвольное катание.	<i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать скорость передвижения на коньках по частоте сердечных сокращений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения конькового хода <i>Проявлять</i> выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. <i>Применять</i> правила подбора одежды для занятий на коньках.	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
51	Специальные подводящие упражнения	1	Комплексный	Обучение отталкиванию и маховым движениям руками при беге по прямой. Обучение технике бега по прямой на короткие дистанции: посадка (2-3раза на месте), то же с маховыми движениями рук (2раза), то же в движении по прямой (3раза по 50-60м), то же с постепенным увеличением скорости и силы отталкивания, то же в полную силу (40-50м). Восстановление навыков выполнения поворотов «приставными шагами» вправо, влево – 4раза. Виды торможений. Катание по беговой дорожке 3 круга. Подвижные	<i>Объяснять</i> технику выполнения поворотов, торможений, бега по прямой. <i>Осваивать</i> технику поворотов, торможений, бега по прямой. <i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, торможений, бега по прямой.	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
52	Техника падений	1	Комплексный		<i>Регулятивные</i> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
53	Виды торможений	1	Совершенствование ЗУН			Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	

				игры.	занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.		
54-55	Техника бега по прямой	2	Совершенствование ЗУН	Катание в посадке 4 круга. Катание по прямой с маховыми движениями рук (2-3 раза по 50-60м). Бег в парах по прямой 2 раза по 30-40м. Совершенствование техники поворота приставными шагами и торможения полуплугом в комбинации: произвольный разбег – прохождение поворота приставными шагами – скольжение по прямой в посадке на двух коньках – торможение полуплугом. Эстафеты	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
56	Техника бега со старта	1	Совершенствование ЗУН	. Объяснение команд и выхода на старт, показ старта в целом, разучивание стартовой позы и выхода со старта. Общий старт шеренгами по команде учителя 4-5 раз по 15-20м. Отрезок 30м на время в парах. Упражнения простого катания на коньках. Уточнение техники бега со старта. Развитие быстроты двигательной реакции на стартовый сигнал. Ускорения 2 раза по 30-40м.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
57-58	Техника бега по повороту	2	Совершенствование ЗУН	Обучение технике бега по повороту на короткие дистанции: объяснение и показ. Упражнение в переступании правой ногой через левую. Упражнение в паре: разучивание скрестного шага, постановки левого конька на наружное ребро. Бег по повороту малого радиуса (8-10м.) в левую и правую стороны 2 раза по 30-40 секунд. Показ, объяснение и разучивание входа в поворот на круге малого радиуса. Катание в посадке 5 кругов. Упражнения простого катания на коньках.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
59	Упражнения простого	1	Комплексный	Исправление ошибок в технике бега по прямой на короткие дистанции.	Личностные : Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Уметь бегать в равномерном темпе до 20	

	катания на коньках			Упражнения для совершенствования равновесия. Бег по прямой вполсилы (2раза по 50м), в полную силу (30-40м). Бег по кругу малого радиуса вправо и влево группами по 6-8 человек.	величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	мин.	
60-61	Развитие двигательных качеств	2	Комплексный	Упражнения в парах, тройках. Старт шеренгой 3-4 раза. Тестирование в беге на 100м в парах. Разучивание комбинаций из упражнений простого катания на коньках. Игры.		Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
62	Контрольные нормативы	1	Совершенствование ЗУН	Катание в посадке на технику вполсилы 6 кругов. Исправление ошибок в технике бега со старта и совершенствование быстроты движений. Старт шеренгами по 4-5 человек 2-4 раза. Тестирование в беге на 150м (в парах – «гонка преследования»). Соревнования в комбинациях из упражнений простого катания на коньках на технику исполнения.		Уметь бегать в равномерном темпе до 20 мин.	
Спортивные игры (баскетбол) -16ч							
63-64	Стойки и перемещение	2	Изучение нового материала	Ведение мяча с изменением скорости. Стойка и передвижения игрока. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Инструктаж по ТБ при игре в баскетбол.	Предметные: <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. <i>Проявлять</i> быстроту и ловкость во время подвижных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	
65-66	Ловля и передача мяча	2	Комплексный	Разминка с мячом. Передача и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «Котел»	<i>Осваивать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	
67-68	Ведение мяча	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных	<i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники ведения мяча с изменением направления

				качеств			
69-70	Броски мяча	2	Совершенствование ЗУН	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	<p><i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. <i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Регулятивные: Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.</p> <p>Коммуникативные: Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений</p>	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники Броска мяча в кольцо
71-72	Вырывание и выбивание мяча.	2	Совершенствование ЗУН	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	
73-74	Броски мяча	2	Совершенствование ЗУН	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Медленный бег до 4 минут.		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам	
75-76	Ведение мяча	2	Контрольный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Прыжки на скакалке за 1 минуту.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Прыжки на скакалке за 1 минуту Основная группа Мальчики 110-91-90 Девочки 90-71-70 Основная и подготовительная мед. группа (кол – во прыжков)	
77-78	Учебно – тренировочная игра 3х3	2	Совершенствование ЗУН	Техника безопасности при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		

					<p>Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>		
--	--	--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Тематическое планирование на 4 четверть
Общее количество учебных часов на IV четверть - 24

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Контроль двигательных действий
Спортивные игры (Баскетбол)-6ч							
79	Броски мяча	1	Совершенствование ЗУН	Техника безопасности при занятии спортивными играми. Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола. Медленный бег до 4 минут.	Предметные: <i>Осваивать</i> технику бросков большого мяча. Научится ведению мяча на месте и в движении <i>Выполнять</i> организующие команды, броски баскетбольного мяча. Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	
80-81	Учебно – тренировочная игра 4 х 4	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Передача мяча в парах.
82-83	Игра в мини-баскетбол.	2	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости.	Личностные: Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам,	Оценка техники ведения мяча с изменением

				Бросок мяча одной рукой в кольцо. Бросок мяча в кольцо. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	других людей. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	выполнять правильно технические действия	направления
84	Броски мяча в кольцо	1	Контрольный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств		Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска мяча в кольцо
85-86	Высокий старт	2	Комплексный	Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением, специальные беговые упражнения, развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ при занятии легкой атлетикой.	Предметные: Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 метров	
87-88	Стартовый разгон	2	Совершенствование ЗУН	Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением 40–50 м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье		Уметь пробегать с максимальной скоростью 30 метров.	Бег 30 метров. Основная группа: Мальчики: «5» – 5,0; «4» – 5,2 ; «3» – 15,6 . Девочки: «5» – 5,3; «4» – 5,6; «3» – 6,0 Подготовительная и специальная мед. группы: без учета времени

					Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.		
89	Прыжки в высоту способом «перешагивания»	1	Совершенство ЗУН	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Прыжок в высоту с 3-5 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств	Предметные: <i>Описывать</i> технику прыжковых упражнений. <i>Осваивать</i> технику прыжковых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Уметь прыгать в высоту с разбега,	
90		1	Совершенство ЗУН	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.	<i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь прыгать в высоту с разбега.	
91		1	Совершенство ЗУН	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом перешагивания. Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 2 минут.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Уметь прыгать в высоту с разбега.	
92		1	Контроль ный	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом перешагивания (дев. -80 см., мал. – 85 см.). Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 2 минут. Подвижная игра «Перестрелка».	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Уметь прыгать в высоту с разбега.	Техника прыжка в высоту способом «перешагивания» Основная группа: Мальчики 110-100-85, девочки 105-95-80 подготовительная и спец. группа (техника прыжка).
93		Бег 60 метров Прыжки в длину с 7-9	1	Контроль ный	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега. Специальные беговые	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Уметь пробегать с максимальной скоростью 60 метров, метать малый

	шагов разбега			упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	мяч.	; «3» – 6.0. Девочки: «5» – 5,5; «4» – 6,0; «3» – 6,5 Подготовительная и специальная мед. группы: без учета времени
94-95	Метание малого мяча на дальность	2	Совершенствование ЗУН	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Предметные: Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча и на дальность. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения..	Уметь пробегать с максимальной скоростью, метать малый мяч.	
96-97	метание малого мяча	2	Совершенствование ЗУН	Специальные беговые упражнения. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 6 минут. Метание малого мяча на дальность.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения..	Уметь пробегать с максимальной скоростью, метать малый мяч.	
98-99	Прыжки в длину с места	2	Контрольный	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с места. Эстафетный бег до 30 метров этап.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения..	Уметь пробегать с максимальной скоростью, прыгать в длину с места.	Прыжки в длину с места Основная группа: Мальчики: 165 см Девочки: 150 см
100-101	Бросок набивного мяча (2 кг.)	2	Совершенствование ЗУН	Специальные беговые упражнения. ОРУ развитие скоростно-силовых качеств. Бег в медленном темпе до 15 минут. Бросок набивного мяча на дальность.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.	Уметь бросать набивной мяч из – за головы	

					<p>Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p> <p>Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>		
102	Кроссовая подготовка 1 км.	1	Контрольн ый	<p>ОРУ развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Проведение эстафеты, Подтягивание на перекладине –мальчики, отжимание от пола – девочки. Подведение итогов за учебный год. Домашнее задание на лето.</p>	<p>Предметные <i>Определять</i> и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><i>Определять</i> ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p><i>Определять</i> состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p> <p>Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.</p> <p>Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения..</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией</p>		<p>Бег 1 км.</p> <p>Основная группа: на время</p> <p>Подготовительная и специальная мед. группы: без учета времени</p>

				<p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p> <p>Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>		
--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--