

Муниципальное образовательное учреждение  
гимназия № 1  
г. Петровска-Забайкальского

<b>«Рассмотрено»</b> Руководитель кафедры Вавилова С.В. _____ Протокол № 1 от «1» сентября 2020 г.	<b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по УВР Шабайкина П.В. _____ «1» сентября 2020 г.	<b>«Утверждаю»</b> Директор МОУ-гимназия № 1 Леонова Г.В. _____ Приказ № 1 от «1» сентября 2020 г.
--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физической культуре**  
**для учащихся 2 классов**  
**на 2020/2021 учебный год.**

Составитель: Вяткина Н.С  
учитель физической культуры  
1 квалификационная категория

2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 2 классов разработана на основе:

- ✓ Основной образовательной программы начального общего образования муниципального общеобразовательного учреждения - гимназия №1;
- ✓ Образовательной программы начального общего образования по предмету физическая культура;
- ✓ Авторской программы А.П. Матвеева «Физическая культура Начальные классы»

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### **Знания о физической культуре**

- ✓ о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- ✓ о способах безопасного поведения на уроках физической культуры
- ✓ о зарождении древних Олимпийских игр;
- ✓ о правилах составления комплексов утренней зарядки
- ✓ о правилах проведения закаливающих процедур;

#### **Способы физкультурной деятельности**

- ✓ выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- ✓ играть в подвижные игры;
- ✓ вести наблюдения за физическим развитием (измерять рост, вес)
- ✓ выполнять закаливающие процедуры (воздушные и солнечные ванны);
- ✓ выполнять упражнения для формирования правильной осанки;

#### **Физическое совершенствование**

- ✓ выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- ✓ выполнять строевые упражнения
- ✓ демонстрировать технику рзученных упражнений
- ✓ выполнять комплексы УГГ в соответствии с изученными правилами
- ✓ демонстрировать положительную динамику по результатам отдельных тестов

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре»; «Способы физкультурной деятельности»; «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» включает элементарные сведения о физической культуре, из истории физической культуры и о физических упражнениях.

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью. Раздел включает основные базовые виды программного материала – «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные игры с элементами спортивных игр». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает общеразвивающие упражнения и подвижные игры, которые по своему содержанию согласуются с соответствующим видом спорта.

По окончании изучения каждого раздела программы проводятся внеклассные мероприятия соревновательного характера, они носят воспитательный характер и помогают учащимся закрепить знания и умения, полученные на уроках физической культуры.

Во II классе акцент в содержании обучения смещается на освоение школьниками новых двигательных действий, применяемых в гимнастике, легкой атлетике и спортивных играх. Вместе с тем сохраняется в большом объеме обучение комплексам общеразвивающих ф. упр. разной функциональной направленности, подвижным играм, ориентированным на совершенствование жизненно важных навыков и умений.

#### **Распределение программного материала в учебных часах**

<b>Разделы и темы</b>	<b>Количество часов (уроков)</b>
1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	3
2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	3
3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ:	
3.1. Гимнастика с основами акробатики	14
3.2. Легкая атлетика	18
3.3. Подвижные игры	2
3.4. Спортивные игры	
3.4.1 Элементы баскетбола	14
3.4.2 Элементы футбола	8
3.4.3 Элементы волейбола	6
4. Общеразвивающие упражнения	В содержании соответствующих разделов программы
5. Подвижные игры	

Итого	68
-------	----

№ П/п	Тематический раздел	Кол- во часов
1	<b>ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ</b>	3
	<i><b>Физическая культура</b></i>	
	Основные жизненно важные способы передвижения человека	
	Ф. к. как система укрепления здоровья человека (УГГ) Компл.УГГ	
	Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны )	
	Правила поведения на уроке физической культуры Подбор одежды, обуви и инвентаря	
	<i><b>Из истории ФК</b></i>	
	История развития физической культуры и первых соревнований. (История зарождения древних Олимпийских игр)	
	<i><b>Физические упражнения</b></i>	
	Ф. у. и их влияние на развитие ф. к.. Основные ф. качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость и равн.	
2	<b>СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	3
	<i><b>Самостоятельные занятия</b></i>	
	Выполнение УГГ(прав. выполнения ) проведение закаливающих процедур;	
	Выполнение упражнений для формирования правильной осанки	
	Выполнение упр., развивающих основные ф. к	
	<i><b>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</b></i>	
	Измерение длины и массы тела.	
	<i><b>Самостоятельные игры и развлечения.</b></i>	
	Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентар	
3	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>	62
	<i><b>Физкультурно-оздоровительная деятельность.</b></i>	
	Ф. упр. по профилактике нарушения осанки. Упр. на развитие ф. качеств. Гимнастика для глаз	
	<i><b>Спортивно-оздоровительная деятельность.</b></i>	
	<i>Организующие команды и приёмы.</i>	
	выполнение команд «Шагом марш!», «На месте стой!»;	
	размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге; перестроение по двое в шеренге; построение в круг колонной	
	повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; (На носке и пятке)	
3.1	<i><b>Гимнастика с основами акробатики.</b></i>	14
	перекаты в группировке из седа, упор присев;	
	кувырок вперед в группировке	
	кувырок в сторону	
	стойка на лопатках согнув ноги полупереворот назад в стойку на коленях	
	прыжки со скакалкой на двух ногах	
	<i><b>Гимнастические упражнения прикладного характера</b></i>	
	Стока на лопатках с прямыми ногами. из п. лёжа	
	Кувырок вперед;	
	Кувырок в сторону	
	<i>Ползание одноимённое, разноимённое по г/скамье</i>	

	<p><i>Лазание</i> по канату произвольно (правильный захват руками, ногами) по наклонной скамейке в упоре лёжа, упоре присев стоя на коленях</p>	
	Стойки передвижения и повороты по рейке гимнастической скамьи	
	Набегание на г/мост, вскок в упор на колени с места. Соскок с г. козла из и.п. упор присев.	
	преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, равновесия	
	<b><i>ОРУ на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»</i></b>	
	<i>Формирование осанки</i> : ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений	
	<i>Развитие гибкости</i> : широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахами ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте;	
	<i>Развитие координации движений</i> : произвольное преодоление простых препятствий; передвижения с изменяющимися направлениями движения, с остановками в заданной позе; ходьба по г. скамейке, низкому г. бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы;	
	<i>Развитие силовых способностей</i> : динамические упр. с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием тяжести своего тела, комплексы упр.	
	<b><i>Подвижные игры на материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:</i></b>	
	<i>«Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами».</i>	
3.2	<b><i>Легкая атлетика</i></b>	18
	<i>Высокий старт</i> Бег с ускорением от 15-20 м Соревнования в беге до 30	
	<i>Бег равномерный</i> до 4 мин	
	<i>Бег</i> : с высоким подниманием бедра, захлестом голени, челночный бег 3 x 10 м	
	<i>Прыжки в длину с места</i> Прыжки в длину с разбега с разбега (место отталкивания не обозначено) с приземлением на обе ноги	
	<i>Прыжки в высоту</i> с 4-5 шагов прямого разбега;	
	<i>Броски</i> : положения, грудью в направлении метания одна нога впереди на дальность и заданное расстояние	
	<i>Метание м/м</i> стоя грудью в направлении метания одна нога впереди на дальность отскока от стены в вертикаль-ю цель из-за головы прав. и левой рукой	
	<b><i>ОРУ на материале раздела «Легкая атлетика»</i></b>	
	<i>Развитие координации движений</i> : бег с изменяющимся направлением во время передвижения; бег по ограниченной опоре;	

	пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной и двух ногах, поочередно на правой и левой	
	<i>Развитие быстроты:</i> повторное выполнение беговых упр. с максимальной скоростью с низкого и высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег «с горки» в максимальном темпе	
	<i>Развитие выносливости:</i> равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой; бег на дистанцию до 400 м; равномерный бег до 6 мин.	
	<i>Развитие силовых способностей:</i> повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в макс. темпе, по кругу, из разных и. п., метание набивных мячей (1—2 кг) одной и двумя руками прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе;	
	<b><i>Подвижные игры на материале раздела «Легкая атлетика»</i></b>	
	«Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки — желуди — орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».	
3.3	<b><i>Подвижные игры</i></b>	2
	ОРУ с м/м	
	подбрасывание, ловля м/м из разл. и.п в парах на месте	
	<i>Подвижные игры</i>	
	«Защита укреплений» «Попади в мяч» «Выжигало» «Горы шлёпы»	
4	<b><i>Спортивные игры</i></b>	
4.1	<b><i>Футбол</i></b>	8
	ОРУ спецразминка футболиста	
	<i>передача</i> внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу катящемуся навстречу с места, с одного-двух шагов;	
	<i>остановка</i> катящегося мяча внутренней стороной стопы	
	<i>Ведение</i> по дуге с остановками по сигналу,	
	<i>Подвижные игры</i>	
	«Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Бросок ногой».	
4.2	<b><i>Баскетбол</i></b>	14
	Стойки игрока	
	Спец. передвижения без мяча в стойке баскетб-ста, приставными шагами прав. и левым боком; бег спиной	
	остановка прыжком в заданном месте	
	<i>Держание мяча Передача</i> вб/б мяча двумя от груди,) в движении	
	<i>ведение</i> вб/м одной на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу;	
	<i>бросок</i> вб/м двумя от груди с места (попадание в щит)	
	<i>Подвижные игры</i>	
	«Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне», «Вслед за мячом» Эстафеты с бб/м	
4.3	<b><i>Волейбол</i></b>	6
	Броски и ловля мяча из различных и.п. в парах на месте и в движении	

	<i>Подвижные игры</i>	
	«Неудобный бросок». «Переброска мячей» «4 мяча»	

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Распределение программного материала по четвертям

Условные обозначения

СДД- способы двигательной (физкультурной) деятельности +Знания ф к- Знания о физической культуре

Гимнастика- Гимнастика с основами акробатики

П/и –подвижные игры в

В/б- Волейбол

Л/а- Легкая атлетика

Ф/б- Футбол

Б/б- Баскетбол

I четверть (18ч.)			II четверть (14ч.)			III четверть (20ч.)			IV четверть (16ч.)		
Учебные разделы и темы	Номер уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номер уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номер уроков	Кол-во часов	Учебные разделы и темы	Номер уроков	Кол-во часов
<b>Зн./СФД</b>	1-2	1/2	<b>Б/б</b>	19-32	14	<b>Зн.</b>	33	1	<b>В/б</b>	51-52	2
<b>Л/а</b>	3-10	8				<b>Гимнастика</b>	34-45	12	<b>Л/а</b>	53-62	6
<b>Ф/б</b>	11-16	6				<b>Зн.</b>	46	1	<b>СФД</b>	63-64	2
<b>П/и</b>	17-18	2				<b>В/б</b>	47-50	4	<b>Ф/б</b>	57-58	2

### Условные обозначения

Этапы разучивания двигательного действия:

«Р»-разучивание;

«З»-закрепление;

«С»-совершенствование;

«К»-контроль;

«У»-учёт.





## Тематическое планирование 2кл

Название раздела программы	№ пп	Содержание	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
<b>I четверть</b>					
ЗН СФД	1	Основные способы передвижения человека	Называют основные способы передвижения животных. Определять, с помощью каких частей тела выполняются передвижения. Находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных	Текущий	Бег в медленном темпе до 2 мин.
		Комплекс УГГ Контроль развития физических качеств (бег 30 м. прыжок в длину с места)	Осваивают комплекс ОРУ.		
ЗН СФД	2	Правила поведения на уроках ФК (на площадке). Подбор одежды и обуви.	<b>Соблюдать</b> правила поведения в условиях учебной и игровой деятельности <b>Руководствоваться</b> правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий	Текущий	
		Тест.(наклон, подтягивание)	<b>Проявлять</b> физ.качества	Тест-е	
Л/а	3	Т.Б на уроках Ф.К. Л/а	Соблюдают правила безопасности	Текущий	
		Р. Высокий старт	Осваивают технику упр.		
		П/и «У медведя во бору»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
	4	Р. Построение в колонну П/и «По своим местам»		Текущий	
		З. Высокий старт	Осваивают технику упр. Включают упр в различные формы занятий по ф. к.		
		П/и «У медведя во бору» П/и «К своим флажкам»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
	5	ОРУ Комплекс УГГ №1	Осваивают комплекс упражнений утренней зарядки	Текущий	
		С. Высокий старт	Включают упражнения в различные формы занятий по физической культуре		
		Р. Челночный бег 3х5 м. П/и «Гуси, гуси га га га...»	Осваивают технику упр. Включают упр в различные формы занятий по ф. к. Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
	6	ОРУ Комплекс УГГ №1	Осваивают комплекс упражнений утренней зарядки	Тестирование	
		К. Высокий старт	Включают упр. в различные формы занятий по физической культуре		
		З. Челночный бег 3х5 м.	Осваивают технику упр. Включают упр в различные формы занятий по ф. к.		
П/и «Волк во рву»		Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.			
7	ОРУ Комплекс УГГ №1	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упр.	Текущий		
	Р. метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания.	Осваивают технику упр. Включают упр в различные формы занятий по ф. к.			
	С. Челночный бег 3х10 м. П/и «Волк во рву»	Описывают технику выполнения беговых упр., Демонстрируют вариативное выполнение беговых упр. Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.			

8	ОРУ Комплекс УГГ №1	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений.	Тести- рова- ние	
	З .метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания.	Осваивают технику упр. Включают упр в различные формы занятий по ф. к.		
	К. Челночный бег 3х10 м.	Демонстрируют вариативное выполнение беговых упр.		
	П/и «Верёвочка под ногами»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.		
9	ОРУ комплекс с позами спортсменов	Осваивают комплекс упражнений утренней зарядки Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений.	Теку- щий	ОРУ комплекс с позами спортсменов
	Перестроение в колонну по два в движении (парами)			
	С. метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания.	Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.		
	П/и «Кто дальше бросит»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.		
10	ОРУ комплекс с позами спортсменов	Осваивают комплекс упражнений утренней зарядки Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений.	Зачёт Техн. У /рез-т	
	К .метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью в направлении метания.	Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.		
	П/и «Волк во рву»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.		
	П/и «Верёвочка под ногами»			
Эле- менты фут-бола	11	Правила безопасности на уроках футбола	Теку- щий	Повторение изученных футбольных упражнений
	Спецразминка футболиста	Осваивают спецкомплекс упражнений		
	Р. Удар внутр/ стор/ стопы с 1-2 шагов по мячу	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения		
	П/и «Караси и щука»	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
12	Спецразминка футболиста	Осваивают спецкомплекс упражнений	Теку- щий	Повторение изученных футбольных упражнений
	З. Удар внутр/ стор/ стопы с 1-2 шагов по мячу	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения		
	П.и. «Точная передача».	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
13	Спецразминка футболиста	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упр.	Теку- щий	Повторение изученных футбольных упражнений
	С. Удар внутр/ стор/ стопы с 1-2 шагов по мячу	Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения		
	Р. Остановка катящегося мяча внутр/ стор/ стопы. П.и. «Точная передача».	Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игры. Соблюдают правила безопасности Используют П/и для активного отдыха.		
14	Спецразминка футболиста	Осваивают спецкомплекс упражнений	Теку- щий +/-	Повторение изученных футбольных упр.
	У. Удар внутр/ стор/ стопы с 1-2 шагов по мячу	Применяют изученные упражнения в различных игровых ситуациях		

		3. Остановка катящегося мяча внутр/ стор/ стопы. П.и. «Мяч капитану».			
	15	Спецразминка футболиста Описание состава и содержания ОРУ и составление комбинаций из числа разученных упражнений. С. Остановка катящегося мяча внутр/ стор/ стопы. Р. Ведение по прямой, дуге, с остановкой по сигналу. П.и. «Мяч капитану».	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений. Применяют изученные упражнения в различных игровых ситуациях Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.	Текущий	Повторение изученных футбольных упр.
	16	Спецразминка футболиста У. Остановка катящегося мяча внутр/ стор/ стопы. 3. Ведение с остановкой по сигналу. Эстафеты с эл-ми футбола	Описывают состав и содержание ОРУ и составляют комбинации из числа разученных упражнений. Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения Руководствуются правилами игр, Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безоп. Используют П/и для активного отдыха.	Текущий +/-	Повторение изученных футбольных упр.
П.и.	17	Правила безопасности на занятиях по подвижным играм. ОРУ с м/м на месте Р. Подбрасывание, ловля, ведение м\м двумя руками на месте в парах. П/и «Горы, шлёпы»	Соблюдают правила безопасности Осваивают комплекс упражнений Осваивают технику упражнения, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения Руководствуются правилами игр, Используют П/и для активного отдыха.	Текущий	Подвижная игра «Горы, шлёпы»
	18	Правила бережного обращения с инвентарём (мячи). ОРУ с м/м на месте 3. Подбрасывание, ловля, ведение м\м двумя руками на месте в парах. П/и «Горы, шлёпы» П/и «Нагонялы»	<b>Соблюдать</b> правила Осваивают комплекс упражнений утренней зарядки Применяют изученные упражнения в различных игровых ситуациях <b>Осваивать</b> у/у по взаимод-ю в парах и группах при разуч-ии и Руководствуются правилами игр, Используют П/и для активного отдыха. <b>Осваивать</b> у/у по взаимод-ю в парах и группах при разуч-ии и	Текущий	Подвижная игра «Горы, шлёпы»

## Тематическое планирование 2 кл

Название раздела программы	№ п	Содержание занятий	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
<b>II четверть</b>					
Элементы баскетбола	19	Физ. упр. и их влияние на развитие осн. ф. качеств	<b>Смылообразование</b> — о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности; <b>Самостоятельное выполнение</b> упр. по развитию ФК	Текущий	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола; (м)-до 17 раз. (д)-до 11 раз.
		<b>ОРУ</b> В движении (медведь, лягушка, морской котик)	<b>Осваивают</b> комплексы ОРУ. <b>Применяют</b> для самостоятельных занятий		
		Что такое баскетбол? Р. Стойка баскетболиста	Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		П/и «Вызов номеров» с примерами.	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
2	20	Правила поведения и безопасности	Соблюдают правила безопасности	Текущий	+Прыжки со скакалкой на двух ногах за 30 сек.
		<b>ОРУ</b> В движении (медведь, лягушка, морской котик)	<b>Осваивают</b> комплексы ОРУ. <b>Применяют</b> для самостоятельных занятий		
		З. Стойка баскетболиста Р. Держание мяча	Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		П/и «День и ночь» со стойкой бб-та, «Гонка мячей в колоннах»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
3	21	Правила обращения с бб мячами	<b>Осваивают</b> комплексы ОРУ. <b>Применяют</b> для самостоятельных занятий Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.  Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти	Текущий	+Поднимание туловища из и.п. лежа на спине ноги согнуты, зафиксированы, руки за головой в замок. (м)-до 35 раз. (д)-до 30 раз.
		<b>ОРУ</b> с бб/м. на месте к.№1			
		З. Держание мяча С. Стойка баскетболиста Р. Остановка в шаге в заданном месте.			
		П/и «Светофор»со стойкой бб-та			
4	22	<b>ОРУ</b> с бб/м. на месте к.№1	<b>Осваивают</b> комплексы ОРУ. <b>Применяют</b> для самостоятельных занятий Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.  Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти	Зачёт Техн. упр.	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
		С. Держание мяча			
		К. Стойка баскетболиста З. Остановка в шаге заданном месте.			
		П/и «Вызов номеров» с бб/мячом			
5	23	<b>ОРУ</b> с бб/м. на месте к.№1	<b>Описывают</b> состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.  Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти	Текущий	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
		К. Держание мяча			
		С. Остановка в шаге заданном месте. Р. Передвижения бб. правым левым боком лицом, спиной . П/и «День, ночь передвиж-м»			
		П/и «Гонка мячей по кругу»			
6	24	<b>ОРУ</b> с бб/м. на месте к.№1	<b>Описывают</b> состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдать Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.	Зачёт Техн. упр.	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание
		З. . Передвижения бб. прав. лев боком лицом, спиной П/и «Броуновское движение»			

	К. Остановка в шаге заданном месте. П/и «День и ночь» с остановкой прыжком	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти		туловища.
25 7	ОРУ с бб/м. на месте к.№2  Р. Бросок в/м по кольцу двумя от груди стоя на месте С. Передвижения бб. прав. лев боком лицом, спиной П/и «Зеркало» П/и «Совушка» с остановкой прыжком	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти	Теку-щий	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
26 8	ОРУ с бб/м. на месте к.№2  З. Бросок б/м по кольцу двумя от груди стоя на месте К. Передвижения бб. правым левым боком лицом, спиной . П/и «Пятнашки» с бб/м	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти	Зачёт Техн. упр.	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
27 9	ОРУ с бб/м. на месте к.№2  Р. Ведение вб/мяча одной на месте С. Бросок в/м по кольцу двумя от груди стоя на месте	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти.	Теку-щий	
28 10	ОРУ с бб/м. на месте к.№2  К. Бросок в/м по кольцу двумя от груди стоя на месте З. Ведение вб/мяча одной на месте П/и «Охотники и утки»	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.	Пыжки со скакал кой	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
29 11	ОРУ с бб/м на месте в парах С. Ведение вб/мяча одной на месте Р. Ловля и передача в/м мяча двумя от груди. П/и «День, ночь с ведением» «Попади в квадрат»,	Осваивают комплексы ОРУ Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти	Теку-щий	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
30 12	ОРУ с бб/м на месте в парах  З. Ловля и передача в/м мяча двумя от груди. К.. Ведение вб/мяча одной на месте Р. Ведение вб/мяча одной, в шаге с ост. по зв. сигналу. С. Ловля и передача в/м мяча двумя от груди. П/и «Чья команда больше»«Светофор с ведением»	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.	Зачёт Техн. упр.	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
31 13	ОРУ с бб/м на месте в парах  З. Ведение вб/мяча одной, в шаге с ост. по зв. сигналу С. Ловля и передача в/м мяча двумя от груди. П/и «Мотоциклисты»	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Осваивают т\упр. Соблюдают Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр .Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти	Теку-щий	Отжимание от пола; +Прыжки со скакалкой +Поднимание туловища.
32 14	ОРУ В движении (медведь, лягушка, морской котик) С. Разученных двигательных действий. Эстафеты с эл. бб.	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Теку-щий	

## Тематическое планирование 2 кл

Наз-вание раздела	№пп	Содержание	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание
Зн	33 1	Ф.к. как система укрепления здоровья Оздоровительные занятия в режиме дня: комплекс УГГ, физминутки	Раскрывать понятие «физическая культура». Характеризовать основные формы занятий (например, утренняя зарядка, закаливание, уроки физической культуры, занятия в спортивных секциях, игры во время отдыха, туристские походы). Раскрывать положительное влияние занятий физической культурой на укрепление здоровья, улучшение физического развития и физ.подготовленности.		Выполнять УГГ.
Гим-наст-ика	34 1	Правила безопасности во время занятий гимнастикой.	Соблюдают правила безопасности	Теку-щий	
		ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ		
		Р. т. Группировка; сидя, лёжа Перекаты в группировке (из. и.п. сед, упор присев)	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Зн. Закаливание (Воздушные, солнечные ванны)	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	35 2	ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ	Теку-щий	
		Переноска матов	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.		
		Перекаты в группировке (из. и.п. упор присев) Р. Перекатом стойка на лопатках, согнув ноги.	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		П/и «Выставка фигур»,	Взаимодействуют со сверстниками.. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	36 3	ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ	Зачет +/-	
		З. Перекатом стойка на лопатках, согнув ноги. К. Перекаты в группировке (из. и.п. упор присев)	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Упр. для развития гибкости (Определение уровня разв. г.)	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
		П/и «Выше ноги от земли»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха СоблюдаютТ/б в услов-х игровой деят-ти		
37 4	ОРУ на осанку №1	Осваивают комплексы ОРУ	Теку-щий		
	Р. Кувырок вперед	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
	С. Перекатом стойка на лопатках, согнув ноги Упр. для развития гибкости (приседания+ наклоны вперед)	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
	П/и «Выше ноги от земли»	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти			
38 5	ОРУ на осанку №1	Описывают состав и содержание ОРУ	Зачет +/-		
	Упр. для развития гибкости	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
	З. Кувырок вперед К. Перекатом стойка на лопатках, согнув ноги	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
	П/и «Веровочка под ногами»,	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деят-ти			
39	ОРУ на осанку №2 Упр. для развития гибкости корзинка, бабочка)	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Теку-щий	Комл. УГГ +1 упр. на осанку + 1 Упр. для	

6	Р. Кувырок в сторону	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.		развития гибкости (бабочка)
	С. Кувырок вперед	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
40	Ползание по г/матам по пластунски	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деяти	Зачет +/-	
	П/и «Раки»			
7	ОРУ на осанку №2	Осваивают комплексы ОРУ		
	Упр. для развития гибкости	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
8	З. Кувырок в сторону	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.		
	К. Кувырок вперед	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
41	Ползание по г/матам (разноименно)	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деяти		
	П/и «Совушка»			
8	ОРУ на осанку №2	Осваивают комплексы ОРУ		
	Упр. для развития гибкости	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
9	С. Кувырок в сторону	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.	Зачет +/-	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола;
	Р. Упр на г/бревне (стойки передвижения)	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
42	Ползание по г/матам (одноименно)	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деяти		(м)-до 17 раз. (д)-до 11 раз.
	П/и «Салки, догонялки»			
9	ОРУ гимнастической палкой	Осваивают комплексы ОРУ	Зачет +/-	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола;
	Упр. для развития силы	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
10	З. Упр на г/бревне (стойки передвижения)	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.	Текущий	+Прыжки со скакалкой на двух ногах за 30 сек.
	К. Кувырок в сторону	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
43	Ползание по наклонной г/скамье (одноименно)	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деяти		
11	ОРУ гимнастической палкой	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий	+Поднимание туловища из и.п. лежа на спине ноги согнуты, зафиксированы, руки за головой в замок.
	Упр. для развития силы	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
44	З. Лазание по канату произвольно (захват рук ног)	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.		(м)-до 35 раз. (д)-до 30 раз.
	К. Упр на г/бревне (стойки передвижения с препятствием)	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
12	С. Перелезание через гимн. коня (2 способа)	Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдают Т/б в услов-х игровой деяти	Текущий	
	П/и «Бой петухов»			
45	ОРУ гимнастической палкой	Описывают состав и содержание ОРУ		
	Упр. для развития силы	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
12	С. Лазание по канату произв. (прав. захват руками, ногами)	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий.		
	Р. Вскок в упор на колени на г/козла с места соскок из упора присев (мягкое приземление)	Соблюдают Т/б в услов-х учебной деяти.		
	Подтягивание на г/скамье из положения лёжа на			



		животе П/и «Наступашки»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и		
	46	ОРУ обручем К. Лазание по канату произвольно (прав. захват руками, ногами)	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.	Зачет +/-	
	13	З. Вскок в упор на колени на г/козла с места соскок из упора присев (мягкое приземление) П/и «Пустое место»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	47	ОРУ обручем	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий	
	14	Р. Набегание на г/мост Преодоление полосы препятствий	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
ЗН	48	История развития физической культуры и первых соревнований. (История зарождения древних Олимпийских игр)	иметь представление: О истории появления физических упражнений. о зарождении древних Олимпийских игр;		
Элементы волейбола	49	Правила безопасности во время занятий п/играми.	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Повторить упр. изученные на уроке. Броски , ловля мяча двумя руками из различных И.п. с ударом о стену.
		ОРУ с в/б мячом №1	Осваивают комплексы ОРУ		
		Р.т Бросков, ловли м. в парах двумя, на месте из разл. И. п. «Не давай мяч водящему»	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	50	ОРУ с в/б мячом №1	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий	
		З.т. Бросков, ловли м. в парах двумя, на месте из разл. И. п. «Переброска мячей».	Осваивают т\упр. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	51	ОРУ с в/б мячом №1	Осваивают комплексы ОРУ.	Текущий	
		С.т Бросков, ловли м. в парах двумя, на месте из разл. И. п.	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
		Р.т. Бросков мяча одной через сетку. С/силовые качества «Переброска мячей».	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти		
	52	ОРУ с в/б мячом №2	Описывают состав и содержание ОРУ	Зачет	
		З.т. Бросков м одной через сетку	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.		
К.т. Бросков, ловли м. в парах двумя, на месте из разл. И. п.		Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
С/силовые качества Р. Правила игры в Пионер-бол с 1 мячом.		Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти			

## Тематическое планирование 2кл.

	№пп	Содержание	Характеристика деятельности учащихся	Вид контроля	Домашнее задание	
<b>VI четверть</b>						
Раздел программы	53	ОРУ с в/б мячом №2	Описывают состав и содержание ОРУ	Текущий	+Поднимание туловища из и.п. лежа на спине ноги согнуты, зафиксированы, руки за головой в замок. (м)-до 35 раз. (д)-до 30 раз.	
		С/силовые качества	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.			
		С.т. Бросков м. одной через сетку	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
	5	3. Правила игры в Пионер-бол с 1 мячом.	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти			
		54	ОРУ с в/б мячом №2	Осваивают комплексы ОРУ		Зачет
			С/силовые качества	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.		
К.т. Бросков м одной через сетку	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти					
6	С. Правила игры в Пионер-бол с 1 мячом.	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
	55	Т/б на занятиях по прыжкам в высоту	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола; (м)-до 17 раз. (д)-до 11 раз.	
		ОРУ обручем	Осваивают комплексы ОРУ			
Р. Прыжки в высоту с 4-5 шагов с прямого разбега		Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.				
Бросок наб/мяча из и.п. стоя грудью в направл. метания одна нога впереди двумя от груди на дальность.		Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
1	П/и«Мышеловка»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
	56	ОРУ обручем	Описывают состав и содержание ОРУ		+Прыжки со скакалкой на двух ногах за 30 сек.	
		3. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
Бросок наб/мяча из и.п. стоя грудью в направл. метания одна нога впереди двумя от груди на заданное расстояние		Осваивают комплексы ОРУ				
2	3. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.				
	57	ОРУ со скакалкой	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий		
		С. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
Р. Метание м/мяча с места, из и.п. стоя грудью в направлении метания в горизонт. цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м		Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
3	П/и«Третий лишний»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
	58	ОРУ со скакалкой	Осваивают комплексы ОРУ	Зачет +/-		
		К. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.			
3. Метание м/мяча с места, из и.п. стоя грудью в направлении метания в горизонт. цель (2 x 2 м) с расстояния 4-5 м		Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
4	П/и«Точно в мишень»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают правила. Используют п/и для активного отдыха Соблюдать Т/б в услов-х игровой деят-ти				
	59	Техника безопасности на занятиях Л/а	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от пола.	
		ОРУ в движении	Осваивают комплексы ОРУ			
Бег равномерный, медленный до 2 мин		Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.				
Р. т. метания м/м правой левой из-за головы, стоя грудью в направлении мет-я с места на дальность отскока от стены		Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.				
5	П/и «Вороной конь»	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют дома				

	66	ОРУ в движении Бег равномерный, медленный до 2 мин	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Текущий				
	6	З. т. метания м/м правой левой из-за головы, стоя грудью в направлении метания с места на дальность отскока от стены П/и «Горелки»	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома					
	61	ОРУ в движении Бег равномерный, медленный до 3 мин	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.					
	7	С. т. метания м/м правой левой из-за головы, стоя грудью в направлении метания с места на дальность отскока от стены Р.т. прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги П/и «Быстро по местам»	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и дома	Текущий				
	62	ОРУ в движении Бег равномерный, медленный до 3 мин	Описывают состав и содержание ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.					
	8	К. т. метания м/м правой левой из-за головы, стоя грудью в направлении метания с места на дальность отскока от стены З.т. прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги П/и «Пятнашки»	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют п/и					
	63	ОРУ на месте типа УГГ Бег равномерный, медленный до 4 мин	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.	Текущий				
	9	С.т. прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги П/и «Белые медведи»	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.					
	64	ОРУ на месте типа УГГ Бег равномерный, медленный до 4 мин	Осваивают комплексы ОРУ Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.					
	10	К.т. прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги П/и «Вороной конь»	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти. Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б.	Зачет	Прыжки со скакалкой на двух			
	СФД	65	ОРУ на месте типа УГГ Тестирование Ф.к.			Осваивают комплексы ОРУ Проявлять физ.качества	Зачет	Поднимание туловища из и. п. лежа на спине ноги согнуты, зафиксированы, рукоиза головой в замок.
		66	ОРУ на месте типа УГГ Тестирование Ф.к.			Описывают состав и содержание ОРУ Проявлять физ.качества		
Эл-ты Футбола	67	Техника безопасности на занятиях по футболу	Соблюдают правила безопасности	Текущий	Повторить упр. изученные на уроке.			
		Спец. разминка футболиста	Осваивают комплексы ОРУ					
		С. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.					
		С. Удар с одного-двух шагов						
		С. Ведение по прямой						
	П.и. типа «Точная передача».	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют дома						
66	Спец. разминка футболиста	Осваивают комплексы ОРУ	Текущий					
	Бег равномерный, медленный до 1 мин	Развивать Ф/кач. Применять в различных сферах Ф.К.						
	С. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	Осваивают т\упр. Выявляют ошибки при выполнении технических действий. Соблюдают Т/б в услов-х учебной деят-ти.						
	С. Удар с одного-двух шагов							
	У. Ведение по прямой							
П.и. «Точная передача».	Взаимодействуют со сверстниками. Соблюдают Т/б. Используют дома							

