**Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основе примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №373 (ред. От 18.12.2012) от 6 октября 2009 года «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования») и авторской программы «Физическая культура»В.И. Ляха, А.А. Зданевича.М, «Просвещение», 2011год. Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей **целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач:**

* совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, сазаньи, метании;
* обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
* развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
* формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
* развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
* обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

**Таблица тематического распределения часов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Разделы и темы | Количество часов |
| Примерная программа | Рабочая программа | Рабочая программа по классам |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
|  | **Базовая часть** | **270** | **310** | **76** | **78** | **78** | **78** |
| 1 | Знания о физической культуре |  | 12 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 2 | Способы физкультурной деятельности |  | 12 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| 3 | Физическое совершенствование: |  | 286 | 70 | 72 | 72 | 72 |
| -гимнастика с основами акробатики |  | 72 | 18 | 18 | 18 | 18 |
| -легкая атлетика |  | 71 | 17 | 18 | 18 | 18 |
| -кроссовая подготовка, мини-футбол |  | 71 | 17 | 18 | 18 | 18 |
| -подвижные игры |  | 72 | 18 | 18 | 18 | 18 |
| * общеразвивающие упражнения
 |  | в содержании соответствующих разделов программы |
|  | **Вариативная часть** | **135** | **95** | **23** | **24** | **24** | **24** |
| Баскетбол |  | 47 | 11 | 12 | 12 | 12 |
| Волейбол |  | 48 | 12 | 12 | 12 | 12 |
|  | **ИТОГО:** | **405** | **405** | **99** | **102** | **102** | **102** |

**Общая характеристика учебного предмета.**

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

* на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастно-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
* на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
* на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
* на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
* на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы 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 так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

**Место предмета в учебном плане**

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 372 ч, из них в 1 классе 66 ч(2 ч в неделю, 33 учебные недели), по 102 ч во 2, 3 и 4 классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

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

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

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

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

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

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Результаты освоения предмета «Физическая культура»**

***Личностные результаты:***

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

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

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

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

***Метапредметные результаты:***

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

***Предметные результаты:***

• планирование занятий физическими упражнениями

режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;

• изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

• представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;

• оказание посильной помощи и моральной поддержкам

сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;

• организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

• бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;

• организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;

• характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;

• взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

• объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;

• подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

• нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

• выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

• выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельной гости;

• выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

**Содержание начального общего образования по учебному предмету**

**2 класс 102 часа**

**Знания о физической культуре 3 часа**

Возникновение первых спортивных соревнований. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. История зарождения древних Олимпийских игр. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Закаливание организма (обтирание).

**Способы физкультурной деятельности 3 часа**

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

**Физическое совершенствование 72 часа**

***Гимнастика с основами акробатики 18 часов***

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

*Акробатические упражнения* из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

*Гимнастические упражнения прикладного характера:* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.

***Легкая атлетика18 часов***

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

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

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

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

***Кроссовая подготовка, мини-футбол 18 часов***

1. Бег по слабопересеченной местности до 1 км.

2. Равномерный медленный бег до 5 мин.

3. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.)

4. Спортивная игра *мини-футбол*: а) удары по мячу ногой.

 б) остановка мяча ногой, отбор мяча.

 в) тактические действия в защите и нападении

 г) отбор мяча.

5. Бег по пересеченной местности.

6. Равномерный бег до 6 мин.

7. Кросс до 1 км.

8.Бег с преодолением препятствий.

9.Бег по пересеченной местности.

***Подвижные игры 18 часов***

*На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:*«Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веревочка под ногами», «Эстафеты с обручами».

*На материале раздела «Легкая атлетика»:*«Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

*На материале раздела «Спортивные игры»:*

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

***Баскетбол 12 часов:*** специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне».

***Волейбол 12 часов****:* подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

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

**Уровень физической подготовленности**

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

**Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

***Классификация ошибок и недочетов,влияющих на снижение оценки***

***Мелкими ошибками*** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

***Значительные ошибки*** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

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

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

**Календарно- тематическое планирование2 класс 102 часа**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № |  Тема урока | Предметные УУД | Метапредметные УУД | Виды деятельности | Кол- во ч | Дата |
| 1 | Т.б. Правила поведения на спортивной площадке. Построение в колонну по одному | • планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;• изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;• представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;• измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;• оказание посильной помощи и моральной поддержкамсверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;• организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;• бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;• организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;• характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;• взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;• объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;• подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;• нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;• выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;• выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельной гости; | ***Личностные:***• активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;• проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;• проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;• оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. ***Регулятивные и коммуникативные:***• характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;• обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;• общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;• обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;• организация самостоятельной деятельности с учётом требовании её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;• планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;• анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;• видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;• оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;• управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;• технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности | **Определять** и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека.**Определять** ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.**Определять** состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий | 1 |  |
| 2 | Т.б. Построение в шеренгу, равнение в шеренге | 1 |  |
| 3 | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 4 | Т.б. Повороты на месте переступанием, размыканием | **Различать** упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила,быстрота, выносливость).**Характеризовать** показатели физического развития.**Характеризовать** показатели физической подготовки. | 1 |  |
| 5 | Т.б.. Метание мяча в горизонтальную цель | 1 |  |
| 6 | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 7 | Т.б.. Метание малого мяча в горизонтальную цель | 1 |  |
| 8 | Т.б.. Прыжки с высоты с мягким приземлением | 1 |  |
| 9 | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 10 | Т.б.. Повороты на месте прыжком, построение в круг | 1 |  |
| 11 | Т.б.Прыжки на мягкое препятствие высотой 40 см | 1 |  |
| 12  | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 13  | Т.б. Сочетание разбега с толчком и приземлением на обе ноги в прыжках на препятствие | 1 |  |
| 14  | Т.б. Прыжки в длину с места | **Осваивать** технику прыжковыхупр-ний.**Осваивать** универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжк.упр-ний.**Выявлять** характерные ошибки в технике выполнения прыжковыхупр-ений.**Осваивать**универс.умения по взаимод-ию в парах и группах при разучив.и выполнении прыжковых упр-ний.**Проявлять** качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковыхупр-ний.**Соблюдать** правила т.б. при выполнении прыжковыхупр-ний. | 1 |  |
| 15  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 16  | Т.б.. Прыжки в длину с места | 1 |  |
| 17 | Т.б.. Построение в шеренгу по расчету. Перебрасывание мяча в парах | 1 |  |
| 18  | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 19  | Т.б. Прыжки в длину с разбега | 1 |  |
| 20  | Т.б.. Упражнения в равновесии с мячом | 1 |  |
| 21  | . Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 22  | Т.б. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча в шеренгах | 1 |  |
| 23 | Т.б.. Упражнения в равновесии | 1 |  |
| 24  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 25  | Т.б.. Упражнения в равновесии. Прыжки с мячом | 1 |  |
| 26 | Т.б.Упражнения в равновесии | 1 |  |
| 27  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 28  | Т.б.. Прыжки через короткую скакалку | 1 |  |
| 29  | Т.б.. Лазание по гимнастической скамейке и упражнение в равновесии | 1 |  |
| 30  | .Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 31  | Т.б.. Прыжки через короткую скакалку. Упражнения в ударах мяча об пол с продвижением вперед | 1 |  |
| 32  | Т.б. Лазание по гимнастической стенке, перебрасывание мяча в шеренге | **Описывать** технику метания малого мяча. **Осваивать** технику метания малого мяча. **Соблюдать** правила техники безопасности при метании малого мяча. **Проявлять** качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.**Осваивать** универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.**Излагать** правила и условия проведения подвижных игр. **Осваивать** двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. | 1 |  |
| 33  | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 34  | Т.б..Упражнение в равновесии, лазание на гимнастической стенке | 1 |  |
| 35  | Т.б Метание в вертикальную цель | 1 |  |
| 36  | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 37  | . Т.б. Упражнение в равновесии и прыжках | 1 |  |
| 38  | Т.б. Упражнение в перебрасывании мяча через шнур, лазании и равновесии | 1 |  |
| 39  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 40  | Т.б. Перебрасывание мяча через сетку | 1 |  |
| 41  | . Т.б. Упражнение в ползании на животе по гимнастической скамейке | 1 |  |
| 42  | Т.б. Передача мяча в колонне и шеренге | 1 |  |
| 43 | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 44 | . Т.б. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии | 1 |  |
| 45  | Т.б.. Упражнение в равновесии | 1 |  |
| 46  | Т.б.. Подвижные игры | 1 |  |
| 47  | .Т.б. Тренировка в построении, подвижные игры | 1 |  |
| 48  | Т.б.. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии | 1 |  |
| 49  | Т.б. Подвижные игры |  | 1 |  |
| 50  | Т.б.. Подвижные игры, повороты приставными шагами | **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.**Моделировать** технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.**Принимать** адекватные решения в условиях игровой деятельности. **Осваивать** универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. **Проявлять** быстроту и ловкость во время подвижных игр.**Соблюдать** дисциплину и правила техники безопасности | 1 |  |
| 51  | Т.б. Упражнение в равновесии | 1 |  |
| 52  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 53  | Т.б. Упражнение в равновесии | 1 |  |
| 54  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 55  | Т.б. Игры и игровые упражнения | 1 |  |
| 56  | Т.б Игры и игровые упражнения  | 1 |  |
| 57  | Т.б. Подвижные игры  | 1 |  |
| 58  | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 59  | Т.б Прыжок в длину с места, бросание мяча о стену | 1 |  |
| 60  | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 61  | Т.б Прыжки в длину с места, через короткую скакалку | **Осваивать** технику физических упражнений прикладнойнаправленности. **Осваивать** универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. **Выявлять** характерные признаки гимнастических упражнений прикладной направленности | 1 |  |
| 62  | Т.б. Упражнение в равновесии и лазании по гимнастической скамейке | 1 |  |
| 63  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 64  | Т.б. Метание теннисного мяча в щит | 1 |  |
| 65  | Т.б. Лазание произвольным способом через гимнастическую скамейку | 1 |  |
| 66  | Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывание малого мяча вверх | 1 |  |
| 67  | Т.б Лазание через скамейки, передача мяча различными способами | 1 |  |
| 68  | . Т.б Упражнение в равновесии и прыжках через короткую скакалку | 1 |  |
| 69  | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 70  | Т.б Упражнение в равновесии  | 1 |  |
| 71  | . Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывании мяча в шеренгах | **Описывать** технику бросков большого набивного мяча.**Осваивать** технику бросков большого мяча.**Соблюдать** правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча.**Проявлять** качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча. | 1 |  |
| 72  | Т.б Прыжки через скакалку, ведение баскетбольного мяча | 1 |  |
| 73  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 74  | .Т.б Метание мяча в вертикальную цель | 1 |  |
| 75  | Т.б. Метание мяча в вертикальную цель | 1 |  |
| 76  | Т.б. Лазание через препятствие | 1 |  |
| 77 | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 78 | Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену | 1 |  |
| 79 | . Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену | 1 |  |
| 80 | Т.б. Прыжки в высоту, метание на дальность | 1 |  |
| 81 | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 82 | Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега | **Осваивать** универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.**Излагать** правила и условия проведения подвижных игр. **Осваивать** двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. **Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. **Моделировать** технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач**Осваивать** технические действия из спортивных игр. | 1 |  |
| 83  | Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега | 1 |  |
| 84  | Т.б Прыжки в высоту, ведение мяча | 1 |  |
| 85  | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |
| 86  | Т.б Метание теннисного мяча на дальность | 1 |  |
| 87  | Т.б Прыжки через короткую скакалку | 1 |  |
| 88  | .Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 89  | Т.б Перебрасывание мяча в шеренгах | 1 |  |
| 90  | Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега | 1 |  |
| 91  | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 92  | .Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии | 1 |  |
| 93  | Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии | 1 |  |
| 94  | Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега | 1 |  |
| 95  | Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега | 1 |  |
| 96  | .Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 97  | .Т.б Бег по кочкам, упражнение в метании на дальность и в прыжках | 1 |  |
| 98  | Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления | 1 |  |
| 99  | Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления | 1 |  |
| 100 | .Т.б Подвижные игры | **Моделировать** технические действия в игровой деятельности.**Взаимодействовать** в парах и группах при выполнении технических действий изспортивных игр.**Выявлять** ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. | 1 |  |
| 101 | Т.б Подвижные игры | 1 |  |
| 102 | Т.б. Подвижные игры | 1 |  |