**Рабочая программа для учащихся 2 классов «Физическая культура»**

**Статус документа**

 Данная рабочая программа ориентирована на учащихся 2 класса и реализуется на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании»;

2. Федеральный государственный стандарт начального общего образования .

3. Рабочая программа: к учебникам В.Я. Барышникова, А.И. Белоусова «Физическая культура». 1—4 классы / авт.-сост. Е.С. Воробьева, Т.В. Андрюхина. — М.: ООО «Русское слово – учебник», 2012. — 104 с.;

4. Примерная основная образовательная программа начального общего образования УМК «Начальная инновационная школа»/ автор - сост. С.А.Болотова — М.: ООО «Русское слово», 2011г.;

5. Учебный план образовательного учреждения на 2013-2014 учебный год.

Для реализации программного содержания используется УМК по образовательной системе «Начальная инновационная школа»:

1. Барышников В. Я., Белоусов А. И. Физическая культура. 1—2 класс / под ред. М. Я. Виленского. М., 2012.

**Пояснительная записка**

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **задач:**

·        совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанье, метании;

·        обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, 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.

**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 также общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

**Место предмета в базисном учебном плане**

В соответствии с Федеральным базисным учебным планом для образовательных учреждений Российской Федерации для обязательного изучения предмета «Физическая культура» во 2 классе отводится 102 часа из расчета 3 часа в неделю. Учебный план составлен согласно СанПиН 2.4.2.2821-10 и методическим рекомендациям о введении 3 часа физической культуры в недельный объём учебной нагрузки обучающихся образовательных учреждений РФ.

**Содержание учебного предмета**

В соответствии со структурой двигательной деятельности учебный предмет «Физическая культура» структурируется по трем основным разделам: «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека» (информационный и мотивационный компоненты деятельности), «Физкультурно-оздоровительная деятельность» (процессуальный компонент деятельности), «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера» (операциональный компонент деятельности). Содержание программы учебного предмета «Физическая культура» для 2 класса ориентировано на обеспечение физического и психологического благополучия, охрану и укрепление здоровья учащихся, деятельностный характер обучения и развития личности ребенка, формирование у школьников сознательного волевого контроля за двигательной деятельностью; активное участие родителей учащихся и педагогов дополнительного образования в физическом воспитании детей, создании условий, способствующих формированию физически развитой, социально и психологически здоровой личности.

**Раздел: «Основы знаний о физической культуре и двигательной деятельности человека» (4 часа)**

1. Физическая культура.
2. Из истории физической культуры.
3. Физическое развитие и физическая нагрузка.

 **Раздел «Физкультурно-оздоровительная деятельность» (8 часов)**

1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.
2. Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

**Раздел «Физкультурная деятельность общеразвивающего характера» (90 часов)**

1. Легкая атлетика.
2. Гимнастика с основами акробатики.
3. Лыжная подготовка.
4. Основы безопасности жизнедеятельности.
5. Подвижные и спортивные игры.

**Требования к уровню подготовки учащихся к концу 2 класса**

**По окончании 2 класса учащиеся должны уметь:**

·        – планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

·        – излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

·        – использовать физическую культуры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

·        – измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

·        – оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

·        – соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

·        – характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;

·        – выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

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

·        – выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

**Результаты изучения предмета «Физическая культура»**

*Личностные результаты:*

·        – формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

·        – формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

·        – развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

·        – развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

·        – формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

·        – развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

·        – развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

·        – формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

*Метапредметные результаты:*

·        – 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;

·        – формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

·        – определение общей цели и путей ее 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 учета интересов сторон и сотрудничества;

·        – 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 психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной  учебы и социализации;

·        – овладение умениями организовать 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 (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

·        – взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

·        – выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

·        – выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Мониторинг**

Уровень физической подготовленности

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольные упражнения | Уровень |  |  |  |  |  |
|   | Мальчики |  |  | Девочки |  |  |
|   | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| 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:

1.     старт не из требуемого положения;

2.     отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

3.     бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

4.     несинхронность выполнения упражнения.

|  |  |
| --- | --- |
| *Характеристика цифровой оценки (отметки)* |  |
| Оценка «5» | выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок. |
| Оценка «4»  | выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких. |
| Оценка «3»  | выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат. |
| Оценка «2»  | выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок |

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

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2 класс (102 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Темы |  Планируемые результаты (в соответствии ФГОС) | Дата  |
| Предметные результаты | Метапредметные результаты | Личностные результаты | план | факт |
| 1. | Движение – основа жизни и здоровья человека | Выявлять различия в основных способах передвижения человека | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи. Соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.Коммуникативные: овладевать речевыми средствами коммуникации, строить монологическое высказывание, вести диалог. | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 02.09 |  |
| 2. | Понятие о физической культуре | Определять икратко харак-теризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. | Регулятивные:Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные:овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала. | 04.09 |  |
| 3. | История развития физкультуры и спорта | Пересказывать тексты по истории физической культуры. | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров, постановки вопросов и построения рассуждений в соответствии с учебными задачами и задачами коммуникации.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности, умение отвечать за свои поступки, развитие интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи. | 06.09 |  |
| 4. | Физическое развитие и физическая нагрузка. Основные физические качества человека. | Характеризовать основные физические качества человека. Различать упражнения на развитие основных физических качеств ( силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия). | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 09.09 |  |
| 5. | Основы охраны здоровья. | Составлять индивидуальный режим дня. Понимать роль закаливания в сохранении здоровья и физическом развитии человека. Оценивать своё состояние ( ощущения) после закаливающих процедур. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи. Соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.Коммуникативные: учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Формирование чувства сопричастности и гордости за свою Родину, ценностного отношения к традициям и культуре своего народа, в том числе физической культуре и спорту. | 11.09 |  |
| 6. | Оздоровительные формы занятий | Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток. Выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий. | Регулятивные: учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленной задачи, организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса, школы, семьи, своего города. | 13.09 |  |
| 7. | Развитие физических качеств. | Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 16.09 |  |
| 8. | Профилактика травматизма | Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма и оказания первой помощи. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей. Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 18.09 |  |
| 9 | Измерение показателей физического развития и физической подготовленности. | Измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 20.09 |  |
| 10. | Измерение показателей физического развития и физической подготовленности. | Измерять индивидуальные показатели физического развития и развития физических качеств. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: планировать и осуществлять наблюдения, выполнять необходимые измерения и фиксировать их результаты, в том числе с помощью инструментов ИКТ.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 23.09 |  |
| 11. | Подвижные игры. | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 25.09 |  |
| 12. | Подвижные игры. | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 27.09 |  |
| 13. | Общеразвивающие упражнения (скорость, бег по кругу). | Научатся выполнять легкоатле-тические упраж-нения на развитие физических качеств (силы, быстроты), бегать в заданном темпе. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично-изменяющемся мире. | 30.09 |  |
| 14. | Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением. | Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;анализировать и объективно оценивать свои действия, соотносить полученные результаты с требованиями поставленной задачи;корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок;совершенствовать результат с учетом оценок и предложений учителей, одноклассников, родителей и других людей.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 02.10 |  |
| 15. | Бег с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений, с разным положением рук. | Осваивать технику бега различными способами. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: вести устный диалог по технике бега. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 04.10 |  |
| 16. | Бег с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений, с разным положением рук. | Осваивать технику бега различными способами. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: вести устный диалог по технике бега. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 07.10 |  |
| 17. | Челночный бег. Бег с последующим ускорением. | Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений | Регулятивные: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверст-никами на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 09.10 |  |
| 18. | Прыжковая подготовка. Прыжки на одной ноге и двух ногах на месте, с поворотами вправо и влево. | Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжков. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 11.10 |  |
| 19. | Прыжки с продвижением вперёд и назад, левым и правым боком. | Осваивать технику прыжков. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверст-никами на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 14.10 |  |
| 20. | Прыжки в длину и в высоту с места. Прыжки со спрыгиванием и запрыгиванием на маты. | Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверст-никами на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 16.10 |  |
| 21. | Прыжки в длину и в высоту с места. Прыжки со спрыгиванием и запрыгиванием на маты. | Проявлять силу, быстроту, выносливость и координацию при выполнении прыжковых упражнений. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверст-никами на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 18.10 |  |
| 22. | Развитие скоростных качеств, повторение высокого старта. | Научатся :выполнять легкоатле-тические упраж-нения на развитие физических качеств | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично-изменяющемся мире. | 21.10 |  |
| 23. | Развитие скоростных качеств в подвижных играх и эстафетах. Закрепление прыжков в длину | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 23.10 |  |
| 24. | Развитие скоростных качеств в подвижных играх и эстафетах. Закрепление прыжков в длину | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 25.10 |  |
| 25. | Броски большого (баскетбольного) мяча вверх одной и двумя руками. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | 28.10 |  |
| 26. | Обучение метанию большого мяча на дальность разными способами. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 30.10 |  |
| 27 | Обучение метанию большого мяча на дальность разными способами. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 01.11 |  |
| 28 | Подвижные игры с мячом. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 11.11 |  |
| 29. | Метание мяча на дальность и в цель в подвижных играх «Мяч водящему», «Охотники и утки». | Научатся: выполнять лег-коатлетические упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | 13.11 |  |
| 30. | Метание мяча на дальность и в цель в подвижных играх «Мяч водящему», «Охотники и утки». Зачёт метания мяча в цель. | Научатся: выполнять лег-коатлетические упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | 15.11 |  |
| 31. | Передача мяча в парах с отскоком от земли. | Проявлять силу, быстроту и координацию при выполнении бросков большого мяча. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 18.11 |  |
| 32 | Комплексы упражнений с мячом. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного по-ведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 20.11 |  |
| 33 | Комплексы упражнений с мячом. | Описывать технику бросков мяча с соблюдением правил техники безопасности. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаи-мопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса; формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного по-ведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 22.11 |  |
| 34 | Техника безопасности на уроках гимнастики | Определять состав спортив-ной одежды в зависимости от времени года и погодных усло-вий.Определять си-туации, тре-бующие приме-нения правил предупреждения травматизма и оказания первой помощи.Осваивать навы-ки оказания первой помощи при травмах | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;планировать свои действия в соответствии с условиями реализации Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью. | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья | 25.11 |  |
| 35. | Организующие команды и приёмы | Научатся выполнять организующие команды и приёмы. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения. | 27.11 |  |
| 36. | Акробатические упражнения. Мост из положения «лёжа на спине» | Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные:учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 29.11 |  |
| 37. | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сотрудничество – задавать вопросы, проявлять активность; ис-пользовать речь для регуляции своего действия | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 02.12 |  |
| 38. | Обучение кувыркам вперёд-назад в группировке. | Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. | Регулятивные: целеполагание – фор-мулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффек-тивные способы решения задачи.Коммуникативные: инициативное сотруд-ничество – проявлять активность во взаи-модействии для решения задач | Самоопределение– готовность и способность к саморазвитию | 04.12 |  |
| 39. | Обучение стойке на лопатках. Закрепление кувырков вперёд-назад | Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сотрудничество – задавать вопросы, проявлять активность; ис-пользовать речь для регуляции своего действия | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 06.12 |  |
| 40. | Закрепление стойки на лопатках и кувырков вперёд-назад  | Осваивать технику акробатических упражнений и комбинаций. | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сотрудничество – задавать вопросы, проявлять активность; ис-пользовать речь для регуляции своего действия | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 09.12 |  |
| 41. | Прыжок с опорой на руки в упор присев | Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач.  | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 11.12 |  |
| 42. | Обучение висам на шведской стенке.  | Научатся правильно выполнять упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса. | Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, применять установленные правила планирования способа решения. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 13.12 |  |
| 43. | Лазание по гимнастич. стенке. | Научатся передвижениям по гимнастической стенке. | Регулятивные: формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные – выбирать наиболее эффек-тивные решения поставленной задачи.Коммуникативные: взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 16.12 |  |
| 44. | Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания, переползания, передвижения по наклонной гимнастическ. скамейке. | Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: осуществлять поиск, анализ, отбор и фиксацию (запись) необходимой информации для решения учебной задачи. Соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.Коммуникативные: учитывать разные мнения в отношении предмета обсуждения, стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала. | 18.12 |  |
| 45. | Закрепление упражнений в равновесии на скамейке с преодолением препятствий. | Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ори-ентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; | 20.12 |  |
| 46. | Закрепление упражнений в равновесии на скамейке с преодолением препятствий. | Научатся выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ори-ентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; | 23.12 |  |
| 47. | Лазание по канату. | Научатся проявлению силы, координации и выносливости при лазании по канату. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 25.12 |  |
| 48. | Лазание по канату в два приёма. | Научатся проявлению силы, координации и выносливости при лазании по канату. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивное решение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 13.01 |  |
| 49. | Упражнения с мячами. | Научатся технике гимнастических упражнений с мячом. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибокПознавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 15.01 |  |
| 50. | Упражнения с мячами. | Научатся технике гимнастических упражнений с мячом. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибокПознавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 17.01 |  |
| 51. | Прыжки со скакалкой. | Научатся правильно выполнять упражнения со скакалкой | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 20.01 |  |
| 52. | Упражнения с гимнастическ. палкой. | Научатся выполнять упражнения на развитие ловкости и гибкости. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Самоопределение– внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры | 22.01 |  |
| 53. |  Техника безопасности поведения при занятиях в зимний период времени | Научатся надеванию лыж на обувь, передвижению на лыжах по учебному кругу и по извилистой лыжне | Регулятивные: планирование – составлять план и последовательность действий.Познавательные: информационные– искать и выделять необходимую инфор-мацию из различных источников.Коммуникативные: управление коммуникацией – адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности | Самоопределение– готовность и способность обучающихся к саморазвитию | 24.01 |  |
| 54. | Ступающий шаг | Научатся передвижению на лыжах по учебному кругу и по извилистой лыжне ступающим шагом. | Регулятивные: оценка – устанавливать соот-ветствие полученного результата поставлен-ной цели.Познавательные: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать позна-вательную цель; Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание | Самоопределение – готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения | 27.01 |  |
| 55. | Ступающий шаг | Научатся передвижению на лыжах по учебному кругу и по извилистой лыжне ступающим шагом. | Регулятивные: оценка – устанавливать соот-ветствие полученного результата поставлен-ной цели.Познавательные: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать позна-вательную цель; Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание | Самоопределение – готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения | 29.01 |  |
| 56. | Скользящий шаг без палочек | Научатся передвигаться скользящим шагом без палочек | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: общеучебные – осу-ществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире | 31.01 |  |
| 57 | Скользящий шаг без палочек |  Научатсястроиться в шеренгу по одному на лыжах; передвигаться скользящим шагом без палочек | Регулятивные: коррекция – адекватно воспринимать пред-ложения учителейи товарищей, родителей и других людей по исправлению допу-щенных ошибок.Познавательные: общеучебные – самос-тоятельно создавать алгоритмы деятель-ности при решении проблем различного характера.Коммуникативные: взаимодействие – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологичес-кое высказывание | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире | 03.02 |  |
| 58. | Техника работы рук с палками |  Научатся выполнять технику работы рук с палками | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи;планировать свои действия в соответствии с условиями реализации поставленной задачи Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Самоопределение– самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни | 05.02 |  |
| 59. |  Спуск со склона в основной стойке | Научатсявыполнять технику спуска со склона | Регулятивные: осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия.Познавательные: общеучебные – конт-ролировать и оценивать процесс и результат деятельности.Коммуникативные: взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение | Самоопределение– готовность и способность обучающихся к саморазвитию | 07.02 |  |
| 60. | Подъём на склон «лесенкой» | Научатсявыполнять технику подъёма на склон | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: вести устный диалог по технике ходьбы на лыжах. | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 10.02 |  |
| 61. | Ходьба скользящим шагом с палками | Научатся выполнять технику скольжения с палками; технику отталкивания палкой | Регулятивные:Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные:овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 12.02 |  |
| 62. | Ходьба скользящим шагом с палками | Научатся выполнять технику скольжения с палками; технику отталкивания палкой | Регулятивные:Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей.Познавательные:овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные:соблюдать нормы этики и этикета в ситуациях общения и взаимодействия | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 14.02 |  |
| 63. | Передвижения скользящим шагом | Научатся передвигаться скользящим шагом с палками. | Регулятивные: планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.Познавательные: ориен-тироваться в разнообразии способов решения задач.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 17.02 |  |
| 64. | Передвижения скользящим шагом | Научатся передвигаться скользящим шагом с палками. | Регулятивные: планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.Познавательные: ориен-тироваться в разнообразии способов решения задач.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 19.02 |  |
| 65. | Прохождение дистанции 500 м | Научатся передвигаться на лыжах с равномерной скоростью | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 21.02 |  |
| 66. | Прохождение дистанции 500 м | Научатся передвигаться на лыжах с равномерной скоростью | Регулятивные: принимать и сохранять учебные цели и задачи, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Установка на активную деятельность в решении поставленной задачи и освоении учебного материала, формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 24.02 |  |
| 67. | Передвижение с равномерной скоростью 1000м | Научатся передвигаться на лыжах с равномерной скоростью | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на 69.принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 26.02 |  |
| 68. | Передвижение с равномерной скоростью 1000м | Научатся передвигаться на лыжах с равномерной скоростью | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на 69.принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 28.02 |  |
| 69. | Передвижение с равномерной скоростью 1000м | Научатся передвигаться на лыжах с равномерной скоростью | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на 69.принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. | 03.03 |  |
| 70. | Игры и эстафеты | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, предложения одноклассников, родителей и других людей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 05.03 |  |
| 71. | Игры и эстафеты | Организовывать и проводить подвижные игры и развлечения с использованием спортивного инвентаря. |  |  | 07.03 |  |
| 72. | Соревнования по лыжным гонкам на дистанцию 1000 м | Научатся совершенствовать технику скольжения; развивать выносливость | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы ре-шения учебных задач. Коммуникативные: вести устный диалог по технике ходьбы на лыжах. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 10.03 |  |
| 73. | Развитие координационных способностей при передаче мяча.  | Научатся  передавать и принимать мяч в различных направлениях. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи. Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса. | 12.03 |  |
| 74. | Подвижная игра «Передай мяч». | Научатся  передавать и принимать мяч в различных направлениях. |  | Стремление активно участвовать в трудовых, творческих и спортивных мероприятиях класса. | 14.03 |  |
| 75. | Закрепление и совершенствование навыков в прыжках.  | Научатся фиксировать фазы приземления и отталкивания. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, в том числев процессе игровой, учебной и спортивной деятельности; | 17.03 |  |
| 76. | Перебрасывание мяча в шеренгах. П/игра «Лисы и куры», «Зайцы в огороде». | Научатся  передавать и принимать мяч в различных направлениях. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибок.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль ре-зультата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи | 19.03 |  |
| 77. | Развитие ориентирования в пространстве.  | Научатся ориентироваться в пространстве без зрительного контроля. | Регулятивные:принимать и сохранять учебные цели и задачи.Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные:активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль ре-зультата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи | 21.03 |  |
| 78. | Игры «Платочек», «Жмурки». | Научатся ориентироваться в пространстве без зрительного контроля. |  |  | 31.03 |  |
| 79. | Совершенствование метания на точность. Развитие внимания. П/игры: «Эхо», «Точный расчет». | Научатся проявлять быстроту и ловкость при метании мяча. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, находить с ними общий язык и общие интересы. | Самоанализ и самоконтроль ре-зультата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи | 02.04 |  |
| 80. | П/игры: «Эхо», «Точный расчет». | Научатся проявлять быстроту и ловкость при метании мяча. |  |  | 04.04 |  |
| 81. | Развитие скоростно – силовых способностей. П/игра «Платочек», «Удочка». |  Научатся работать с гимнастической стенкой. | Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, применять установленные правила планирования способа решения. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 07.04 |  |
| 82. | Развитие скоростно – силовых способностей. П/игра «Платочек», «Удочка». | Научатся работать с гимнастической стенкой. |  |  | 09.04 |  |
| 83. | Комплексное развитие координационных способностей. | Научатся работать с гимнастической скамьёй и малым мячом. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– форму-лировать свои затруднения | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 11.04 |  |
| 84. | Комплексное развитие координационных способностей. | Научатся работать с гимнастической скамьёй и малым мячом. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– форму-лировать свои затруднения |  | 14.04 |  |
| 85. | Закрепление и совершенствование, п/игра: «Два мяча». | Научатся передавать и принимать мяч в различных направлениях. | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 16.04 |  |
| 86. | Закрепление и совершенствование, п/игра: «Перелет птиц». | Научатся передавать и принимать мяч в различных направлениях. | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 18.04 |  |
| 87. | Овладение элементарными умениями при прыжках ч/з скакалку. Бег с изменением направления движения | Научатся быстро ориентироваться в пространстве. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично-изменяющемся мире. | 21.04 |  |
| 88. | Бег с изменением направления движения | Научатся быстро ориентироваться в пространстве. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично-изменяющемся мире. | 23.04 |  |
| 89. | Комплексное развитие координационных способностей.  | Закрепят комбинации из освоенных элементов техники переброски мяча. | Регулятивные: целеполагание – формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управ-ление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | 25.04 |  |
| 90. | П/игра с элементами переброски мяча «Съедобное не съедобное». | Закрепят комбинации из освоенных элементов техники переброски мяча. | Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, применять установленные правила планирования способа решения. Познавательные:ориентироваться на разнообразие способов решения поставленной задачи.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Развитие интереса к важнейшим спортивным событиям в жизни России. | 28.04 |  |
| 91. | Ведение мяча.  | Научатся выполнять различные варианты ведения мяча. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибокПознавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 30.04 |  |
| 92. | Ловля и передача мяча. П/игра «Играй, играй, мяч не теряй». | Научатся выполнять различные варианты ловли и передачи мяча. | Регулятивные: корректировать свои действия в зависимости от характера ошибокПознавательные: общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использо-вать в действиях.Коммуникативные: проявлять активность во взаимодействии решения задач. | Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 02.05 |  |
| 93. | П/игра «Мяч водящему», | Научатся корректировать движения при ловле и передаче мяча. | Регулятивные: целеполагание – фор-мулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 05.05 |  |
| 94. | П/игра «Мяч водящему», «У кого меньше мячей» | Научатся корректировать движения при ловле и передаче мяча. | Регулятивные: целеполагание – фор-мулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция– вносить изменения в план действия.Познавательные: общеучебные – определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы; управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии | Нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами, в том числе в процессе игровой, учебной и спортивной деятельности | 07.05 |  |
| 95. | П/игры: «Догони свою пару», «Фигуры». |  Научатся двигаться под ритм. | Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с условиями поставленной задачи, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 09.05 |  |
| 96. | П/игра «Мяч в обруч». | Научатся корректировать движения при броске мяча. |  | Самоанализ и самоконтроль результата, анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи. | 12.05 |  |
| 97. | Развитие ловкости  при броске мяча в корзину.  | Научатся вести мяч без потерь. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 14.05 |  |
| 98. | П/игры: «Ноги от земли», «Угадай, чей голосок». |  | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: общеучебные – ориентироваться в раз-нообразии способов решения задач.Коммуникативные: инициативное сот-рудничество– формулировать свои затруднения | Установка на безопасный и здоровый образ жизни, активную деятельность по сохранению и укреплению своего здоровья. | 16.05 |  |
| 99. | Игровые задания на овладение командными навыками.  | Научатся выполнять в игре защитные действия. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения. | 19.05 |  |
| 100. | П/игры «Деревья и люди», «Охотники и утки». | Научатся выполнять в игре защитные действия. | Регулятивные: анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать различными способами решения поставленной задачи.Коммуникативные: находить конструктивноерешение в ситуации столкновения мнений и интересов. | Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения. | 21.05 |  |
| 101. | Совершенствование умений в ловле, передачах и ведении мяча.  | Научатся взаимодействовать с партнёром. | Регулятивные: Адекватно воспринимать оценки учителей, анализировать и объективно оценивать правильность своих действий, соответствие полученных результатов требованиям поставленной задачи.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.  | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 23.05 |  |
| 102. | П/игра «Веселые эстафеты с мячом». | Научатся взаимодействовать с партнёром. | Регулятивные: контроль и самоконтроль– сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличийот эталона.Познавательные: овладевать логическими операциями анализа, синтеза, сравнения и классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей.Коммуникативные: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности. | Формирование самооценки на основе критериев успешной учебной и спортивной деятельности. Формирование начальных представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. | 26.05 |  |