Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №12»

х. Алтухов

Благодарненский городской округ

Ставропольский край

 «РАССМОТРЕНО» СОГЛАСОВАНО «УТВЕРЖДАЮ»

 Руководитель МО Зам. директора по УВР Директор

 \_\_\_\_\_\_Ряшенцева Т. И. \_\_\_\_\_\_Алтухова Л. В. \_\_\_\_\_\_Мищенко В. Ф.

 Протокол № 1 Приказ № 102

 от 26.08.2020 г. 2020 г. от 31.08.2020г.

**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«Физическая культура»**

**2 класс**

**на 2020-2020 учебный год**

**102 часа (3 часа в неделю)**

 Учитель начальных классов

 Романенко Л. В.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Учащиеся будут знать:**

Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских играх;

О способах и особенностях движений и передвижений человека, роль и значении психических биологических процессов в осуществлении двигательных актов;

О работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

Об обучении движениям, роль зрительного и слухового анализатора при их освоении и выполнении;

О терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействий на организм;

О физических качествах и общих правилах их тестирования;

Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержание достойного внешнего вида;

О причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

**Учащиеся будут уметь:**

Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;

Вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать рыжим нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;

Организовывать и проводить самостоятельные формы занятий, закаливающие процедуры по индивидуальным планам;

Взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Физическая подготовленность: показывать результаты не ниже чем средний уровень основных физических способностей.

**Контрольные нормативы по освоению навыков, умений, развитию двигательных качеств**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Контрольные упражнения** | **Нормативы** |
| **мальчики** | **девочки** |
| **"5"** | **"4"** | **"3"** | **"5"** | **"4"** | **"3"** |
| **1** | **Челночный бег 3\*10 м (с)**  | **9.8** | **10.2** | **10.6** | **10.4** | **10.8** | **11.5** |
| **2** | **Бег 30 м с высокого старта (с)** | **6.2** | **6.8** | **7.2** | **6.3** | **6.9** | **7.3** |
| **3** | **Бег 1000 м**  | **Без учета времени** |
| **4** | **Многоскоки, 8 прыжков (м)**  | **9** | **7** | **5** | **8.8** | **6.8** | **4.8** |
| **5** | **Метание мяча в цель с 6 м из 5 попыток (раз)** | **3** | **2** | **1** | **3** | **2** | **1** |
| **6** | **Подтягивание на высокой перекладине (раз)** | **3** | **2** | **1** | **-** | **-** | **-** |
| **7** | **Подтягивание на низкой перекладине (раз)** | **-** | **-** | **-** | **8** | **6** | **4** |

**Уровень физической подготовленности учащихся 8 лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Физические****способности** | **Контрольное упражнение (тест)** | **Уровень** |
| **Низкий** | **Средний** | **Высокий** | **Низкий** | **Средний** | **Высокий** |
| **Мальчики** | **Девочки** |
| **1.** | **Скоростные** | **Бег 30 м, сек.** | **7,1 и выше** | **7,0-6,0** | **5,4 и ниже** | **7,3 и выше** | **7,2-6,2** | **5,6 и ниже** |
| **2.** | **Координа-****ционные** | **Челночный бег 3x10 м, сек.** | **10,4 -"-** | **10,0-9,5** | **9,1 -"-** | **11,2-"-** | **10,7-10,1** | **9,7 -"-** |
| **3.** | **Скоростно-****силовые** | **Прыжок в длину с места, см** | **110-"-** | **125-145** | **165 -"-** | **100 -"-** | **125-140** | **155 -"-** |
| **4.** | **Выносли-****вость** | **6-минутный бег, м** | **750 и менее** | **800-950** | **1150-"-** | **550 и менее** | **650-850** | **950 -"-** |
| **5.** | **Гибкость** | **Наклон вперед из положения сидя, см** | **1 и ниже** | **3-5** | **7,5 и выше** | **2 и ниже** | **5-8** | **11,5 и выше** |
| **6.** | **Силовые** | **Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (мальчики)** | **1 -"-** | **2-3** | **4 -"-** | **-** | **-** | **-** |
| **на низкой перекладине из виса****лежа, кол-во раз (девочки)** | **-** | **-** | **-** | **3 -"-** | **6-10** | **14 -"-** |

**Личностные результаты**

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

**Метапредметные результаты**

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

Предметные результаты

• формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

**Содержание учебного предмета**

**Знания о физической культуре**

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

**Способы физкультурной деятельности**

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики.

 Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение
через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяюшимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу,
ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

**Календарно-тематическое планирование**

| **№****п\п** | **Раздел, тема**  | **Кол-во часов** | **Дата** | **Планируемые результаты** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **предметные** | **Метапредметные** | **Личностные** |
| **научится** | **получит возможность научиться** |
| 1 | **Лёгкая атлетика****Инструктаж по ТБ**.Построение в шеренгу и колонну по одному, команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». | 101 |  | Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики | Правильно выполнять строевые команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». | Позн. понимание и принятие цели включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы. | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий |
| 2 | Повороты направо, налево, переступанием. Бег 30 м. Высокий старт  | 1 |  |  Бегать на короткую дистанцию | Правильно выполнять основные повороты, бегать с максимальной скоростью до 30 м. | Позн. понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;Коммун. Договариваться и приходить к общему решению  | проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| 3 | Прыжок в длину с места. Бег до 4 мин. с изменением направления в чередовании с ходьбой. | 1 |  | Бегать на короткую дистанцию | Правильно выполнять прыжки в длину с места, основные движения в ходьбе и беге с изменением направления; бегать с максимальной скоростью до 60 м. | Позн. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул. Принимать и сохранять учебную задачу;Коммун. Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. | проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| 4 |  Прыжок в длину с места. Бег по прямой 20-40 м. п/и «К своим флажкам».  | 1 |  | Ходить под счёт | Правильно выполнять прыжки в длину с места; бегать по прямой 20-40 минут с максимальной скоростью до 30 м, до 60 м**.** | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находить ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий |
| 5 | Прыжок в длину с места. Бег по прямой 20-40 м. п/и «К своим флажкам».  | 1 |  | Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением | Правильно выполнять основные движения в прыжке в длину с места, в беге; бегать по прямой 20 -40 м. с максимальной скоростью до 60 м. | Позн. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул. принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы; | проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| 6 | Прыжок в длину с места –контрольное упражнение. Метание мяча на дальность. | 1 |  | Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. | Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. | Позн. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул. принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя. | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности |
| 7 | Бег 30 м – контрольное упражнение. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.  | 1 |  | Выполнять контрольное упражнение – бег 30 м. . перестраиваться из колонны по одному в колонну по два. | Выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два. | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение. | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| 8 | Перестроение из одной шеренги в две. Метание мяча. Игра «Кто дальше бросит». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в метании и в перестроении.  | Перестраиваться из одной шеренги в две. Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| 9 | Метание мяча на дальность –контрольное упражнение. Подтягивания на перекладине. | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в метании;Правильно выполнять основные движения при подтягивании на перекладине. | Метать мячи на дальность с места из различных положенийПодтягиваться на перекладине. | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типаПроявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| 10 | Свое место в колонне. Челночный бег 3х10 м. п/и «Лисы и куры» | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в перестроении, знать свое место в колонне. | Выполнять челночный бег. | Позн. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
|  |
| **11** | **Подвижные игры с элементами спортивных игр**Инструктаж по ТБ во время занятий играми. Построение в колонну по одному. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками. | 171 |  | Правильно выполнять основные движения в перестроении в колонну по одному. Подбрасывать и ловить мячи двумя руками.Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Подбрасывать и ловить мячи. Перестраиваться в колонну по одному. | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **12** | Подвижная игра «Быстро встать в строй». | 1 |  | Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | Играть в подвижные игры  | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **13** | Удары мяча о пол и ловля его одной рукой. | 1 |  | Правильно выполнять основные движения при ударе мяча о пол и ловле его одной рукой. | Выполнять удары мяча о пол и ловить его одной рукой. | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя применять свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **14** | Передача и ловля мяча на месте в парах. | 1 |  | Правильно выполнять передачу и ловлю мяча на месте в парах. | Играть в подвижные игры с передачей и ловлей мяча | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **15****16** | Ведение мяча на месте, ловля мяча отскочившего от пола. П/и «Бросай-поймай» | 2 |  | Правильно выполнять ведение мяча на месте и ловлю отскочившегося мяча от пол. | Играть в подвижные игры, связанные с ловлей и ведением мяча. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **17** | Построение в две шеренги по расчету. Ловля и передача мяча в движении. | 1 |  | Выполнять строевые команды. Ловить и передавать мяч в движении. | Играть в подвижные игры с мячом.Освоить варианты игры в баскетбол | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы. | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **18** | Основная стойка и передвижения баскетболиста. Ведение мяча на месте. | 1 |  | Правильно выполнять основную стойку баскетболиста и правильно передвигаться. | Ведению мяча на месте.Освоить варианты игры в баскетбол. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы | Проявление учебных мотивов; |
| **19****20** | Прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура.Урок-игра. п/и «Мяч водящему» | 1 |  | Правильно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура.Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. | Прыжкам на двух ногах в различных позициях.Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросыПозн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале | Проявление учебных мотивовПроявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **21** | Основная стойка и передвижение баскетболиста приставным шагом. | 1 |  | Правильно выполнять стойку баскетболиста и его передвижение приставным шагом. | Освоить варианты игры в баскетбол. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **22** | Перебрасывание мяча одной рукой и ловля двумя руками. Игра «Мяч водящему». | 1 |  | Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча одной рукой и ловить его двумя руками. | Освоить варианты игры в баскетбол на основе игры «Мяч водящему» | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **23****24** | Ведение мяча стоя на месте, передача и ловля. п/и «Мяч в корзину» Урок-игра. п/и «Бросай - поймай». | 2 |  | Правильно выполнять движения при ведении мяча стоя на месте, его передаче и ловле. | Освоить варианты игры в баскетбол | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале . | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
|  |  |
| **25** | Ходьба и бег парами. Забрасывание мяча в корзину. | 1 |  | Правильно выполнять движения при забрасывании мяча в корзину. | Освоить варианты игры в баскетбол | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **26****27** | Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы.Урок-игра «Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | 2 |  | Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча через шнур двумя руками из-за головы.. Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. | Освоить варианты игры в баскетболОсвоить игры:«Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в.Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **28** | **Инструктаж по ТБ** Правила поведения в гимнастическом зале. Повороты на месте; Ходьба и бег врассыпную и с остановкой по сигналу**.** | 1 |  | Выполнять строевые команды | Выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов. |
| **29** | **Гимнастика с элементами акробатики**Перестроение в три шеренги. Ходьба и бег с перепрыгиванием через предметы. | 511 |  | Выполнять строевые команды, правильно выполнять ходьбу и бег с перепрыгиванием через предметы. | Выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа  |
| **30** | Ходьба и бег между предметами, ползание по гимнастической скамейке на животе. | 1 |  | Выполнять строевые команды | Выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **31** | Упражнения на гимнастической лестнице и ходьба по гимнастической скамейке парами. | 1 |  | Выполнять упражнения на гимнастической лестнице и правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами. | Сочетать при кувырке движения ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук. | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение. | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **32** | Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево,вправо. Прыжки через скакалку. | 1 |  |  Научиться выполнять движения – лазание по гимнастической лестнице. Прыгать через скакалку. | Выполнять упражнения в равновесии | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **33** | Прыжки через скакалку. Построение в круг на вытянутые руки. | 1 |  |  Научиться правильно выполнять прыжки через скакалку , построению в круг на вытянутые руки. | Выполнять упражнения – прыгать через скакалку. | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **34** | Ходьба на носках и пятках по гимнастической скамейке. Равновесие. Подтягиваниележа на наклонной скамье. | 1 |  | Ходить по гимнастической стенке; | Выполнять упражнения в равновесии | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу.Коммун. формулировать собственное мнение; | проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **35** | Разучить лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелезание через стопку матов. | 1 |  | Лазать по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелеезание через стопку матов. | Выполнять упражнения в равновесии | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **36****37** | Ходьба по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия. | 2 |  | Правильно выполнять движения при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия. | Выполнять упражнения в равновесии | Позн.онимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **38****39** | Прыжки на двух ногах через короткую скакалку. Лазанье по канату произвольным способом. | 2 |  | Правильно выполнять движения-выполнении прыжков через скакалку и при лазании по канату. | Выполнять упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **40****41** | ОРУ с малыми мячами. Перестроения в три шеренги. | 2 |  | Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр | Освоить варианты игры в баскетбол | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **42****43** | ОРУ с гимнастической палкой. Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. | 2 |  | Научиться выполнять строевые упражнения. Правильно выполнять ОРУ с гимнастической палкой. | Выполнять упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **44****45****46** | Упражнения на равновесие. п/и «Два мороза» | 3 |  | Правильно выполнять упражнения на равновесие. | Освоить игру «Два мороза» | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **47****48****49** | Кувырок вперед из упора присев. | 3 |  | Научиться правильно выполнять кувырок вперед из упора присев. | Выполнять упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **50****51****52****53****54** | Кувырок вперед из упора присев. Стойка на лопатках с поддержкой , согнув ноги. | 5 |  | Научиться правильно выполнять стойку на лопатках с поддержкой согнув ноги | Выполнять упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **55****56****57****58** | Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через набивные мячи. Лазанье по канату. | 4 |  | Научиться ходьбе по гимнастической скамейке. Перешагиванию через набивные мячи, лазанию по канату. | Выполнять упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **59****60****61****62****63** | ОРУ с гимнастической палкой. Кувырок вперед. Полоса препятствий. | 5 |  | Правильно выполнять кувырок вперед | Освоить технику выполнения кувырка вперед. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **64****65****66****67****68** | ОРУ со скакалкой. Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой). | 5 |  | Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой). | Освоить технику выполнения«Моста» лежа на спине | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **69****70****71****72****73** | Акробатика: «Мост» и стойка на лопатках. П/и «Прыгающие воробушки». | 5 |  | Разучить «Мост» и стойку на лопатках. | Освоить технику выполнения«Моста» и стойки на лопатках. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **74****75****76** | Мальчики: подтягивание в висе на перекладине; девочки - подтягивание в висе лежа. Подвижная игра: «У медведя во бору» | 3 |  | Разучить подтягивание в висе на перекладине (мальчики); девочки - подтягивание в висе лежа | Освоить акробатические упражнения. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **77****78** | Строевые упражнения. П/и «Через кочки и пенечки». | 2 |  | Закрепить умения выполнять строевые упражнения. | Освоить строевые упражнения | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **79** | **Подвижные игры с элементами спортивных игр** **Инструктаж по ТБ** Стойка и перемещение в стойке на согнутых в коленном суставе ногах.«Играй-играй мяч не теряй». | 131 |  | Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;  | Освоить игру -«Играй-играй мяч не теряй». | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **80** | Перемещения в шаге и беге, прыжок вверх толчком двумя ногами. «Мяч водящему». | 1 |  | Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;  | Играть в минибаскетбол | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **81** | Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола. П/и «У кого меньше мячей». | 1 |  | Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;  | Играть в мини-баскетбол | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **82** | Перемещения: ловля и передача мяча двумя руками от груди, после подбрасывания над собой. «Передал -садись». | 1 |  | Попадать по мячу. Вести мяч в движении.  | Освоить игру «Передал -садись». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **83** | Передача и ловля мяча от груди на месте партнеру, после перемещения в эстафетах и подвижных играх. | 1 |  | Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении.  | Закрепить игру «Передал -садись». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **84** | Бег с остановками в шаге, с изменением направления движения.П./и «Передал -садись». | 1 |  |  Бегать с остановками в шаге, с изменением направления движения. Вести мяч в движении.  | Закрепить игру «Передал -садись». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **85****86****87** | Ловля мяча на месте в паре. «Играй-играй мяч не теряй».Игра: «Попади в обруч», «Мяч соседу». | 3 |  | Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении.  | Освоить игру «Играй-играй мяч не теряй». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **88** | Передвижение по прямой: свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу).  | 1 |  | Передвигаться по прямой: выполнять свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу).  | Закрепить игру «Играй-играй мяч не теряй». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **89** | Остановка в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. П/и «Мяч соседу». | 1 |  | Правильно выполнять остановку в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. | Закрепить игру: «Мяч соседу». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **90** | О.Р.У. с мячом. Передачи в колоннах двумя руками, одной слева, одной справа.  | 1 |  | Передавать мяч в колоннах двумя руками , одной слева, одной справа | Освоить технику выполнения передачи мяча. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **91** | Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча» | 1 |  | Выполнять упражнения с передачей мяча. | Освоить игру «Школа мяча» | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы. | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **92** | **Лёгкоатлетические упражнения** Техника безопасности при беге, метаниях и прыжках. Прыжки через скакалку. | 111 |  | Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; прыгать через скакалку. | Бегать с максимальной скоростью, выполнять прыжки через скакалку. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **93** | Бег на 30м с высокого старта; поднимание и опускание туловища за 30секунд | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с высокого старта. | Максимальной скоростью до 30 м. Поднимать и опускать туловища за 30секунд | Позн. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;Регул. принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;Коммун. формулировать собственное мнение; | Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов; |
| **94** | Прыжок в длину с места. Челночный бег 3х10 м. Игра «К своим флажкам». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках; | Прыгать в полную силу | Позн понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **95** | Челночный бег 3х10 м. Прыжок в длину с места.«Рыбаки и рыбки», «Невод». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках | Прыгать в полную силу.Освоить игры: «Рыбаки и рыбки», «Невод». | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **96** | Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с места.Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках,наклоны вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. | Прыгать в полную силу. | Позн. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;Регул. Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммун. задавать вопросы; | Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа |
| **97** | Прыжок в длину с разбега с мягким приземлением на обе ноги. Челночный бег (3х10 м). П/и «Лисы и куры». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках; | Прыгать в полную силу.Освоить игру «Лисы и куры» | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **98** | Бег 30 м. Прыжки в длину с разбега (отталкиваться одной, приземляться на обе ноги). «Пятнашки», «Попрыгунчики воробушки». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках | Прыгать в полную силу.Освоить игры: «Пятнашки», «Попрыгунчики-воробушки». | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **99** | Прыжки в длину с разбега (обратить внимание на отталкивание одной ногой). Подвижная игра «Круг-кружочек». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в прыжках | Прыгать в полную силу.Освоить игру: «Круг-кружочек». | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **100** | Бег на 500 м в умеренном темпе.П/и «Так и так». | 1 |  | Правильно выполнять основные движения в беге на 500 м в умеренном темпе. | Бегать в умеренном темпе.Освоить игру: «Так и так». | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |
| **101****102** | Бег 1500 м без учета времени. П/ и «К своим флажкам».«Охотник и утки», « Воробьи и ворона». Соревнования. | 2 |  | Правильно выполнять основные движения в беге на 1500 м в умеренном темпе. | Бегать в умеренном темпе без учета времени. Закрепить игру: «К своим флажкам». | Позн.понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регул.Принимать и сохранять учебную задачуКоммун.Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности | Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; |