

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
2 класс

2015-2016 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
-Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; - федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2014/2015 учебный год (утверждены приказом Минобрнауки России от 19.12.2012 N 1067 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2015/16 учебный год"

- авторской программы В. И. Лях «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва- 2011г

-учебник «Физическая культура». 1-4 классы: В.И. Лях – издательство – М.: Просвещение. 2011г;

- В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в во 2 классе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Цели: содействие разносторонне развитой личности , способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- формировать жизненно важные навыки и умения ходьбы, прыжки, лазанье, метание;
- обучать 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;
- развивать основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию движений, гибкость;
- формировать общие представления о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучать простейшим способам, контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Место курса в учебном плане

Курс «Физическая культура »изучается с 1 по 4 класс из расчета 3 часа в неделю. Во 2 классе- 102 часа. Третий час на преподавание был введен приказом Минобрнауки№889 от 30 августа 2010 года.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

Рабочая программа направлена:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными 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.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчета 3 часа в неделю. Во 2 классе - 102 часа.

ЛИЧНОСТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

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.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Обучающийся научится:

Основы знаний

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни;
- определять базовые понятия и термины физической культуры;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий; способы двигательной деятельности
- использовать занятия физической культурой для укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной направленности;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности;
- тестировать показатели физического развития;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности;

физическое совершенствование

- выполнять технические действия изученных видов спорта;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие организма.
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями;

Результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения предмета «Физическая культура» во втором классе должны быть достигнуты определенные результаты.

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 культуру 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.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Гимнастика с основами акробатики 21 час

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

Акробатические упражнения: из положения лежа на спине, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги); кувырок вперед в группировке; из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях. *Гимнастические упражнения прикладного характера* танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине — вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, зависом одной, двумя ногами.:

Легкая атлетика 24 часа

равномерный бег с последующим ускорением, челночный бег 3 x 10 м, бег с изменением частоты шагов .Метание. *Прыжки:* на месте и с поворотом на 90° и 100°, по разметкам, через препятствия; в высоту с прямого разбега; со скакалкой. Метание: малого мяча на дальность из-за головы

Лыжная подготовка 17 часов

Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход. Спуски в основной стойке. Подъем «лесенкой».Торможение «плугом».

Подвижные игры 40 часов

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Волна», «Неудобный бросок», «Конники-спортсмены», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», эстафеты типа: «Веребочка под ногами», «Эстафеты с обручами». На материале раздела «Легкая атлетика»: «Точно в мишень», «Вызов номеров», «Шишки – желуди – орехи», «Невод», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Космонавты», «Мышеловка».

На материале раздела «Лыжные гонки»: «Проехать через ворота», «Слалом на санках», «Спуск с поворотом», «Подними предмет» (на санках), «Кто быстрее взойдет на горку», «Кто дальше скатится с горки» (на лыжах).

На материале раздела «Спортивные игры». Футбол: остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы; подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Слалом с мячом», «Футбольный бильярд», «Бросок ногой». Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте, по прямой, по дуге, с остановками по сигналу; подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Бросок мяча в колонне». Волейбол: подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче; подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Способы физической деятельности

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

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 класс

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
1.	гимнастика	21
2.	легкая атлетика	24
3.	подвижные игры, элементы спортивных игр	40
4.	Лыжная подготовка	17
Итого		102

Количество часов в неделю - 3

Количество учебных недель - 34

Количество часов за год -102

Учебная нагрузка по физкультуре во 2 А классе распределена между учителем физ-ры Гузеевым С.В. (2 часа в неделю: среда, пятница) и учителем начальных классов Гильдеевой Н.И. (1 час в неделю: понедельник). Следовательно, календарно – тематическое планирование разработано Гильдеевой Н.И. из расчёта 1 час в неделю.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
1.	гимнастика	8
2.	легкая атлетика	4
3.	подвижные игры, элементы спортивных игр	15
4.	Лыжная подготовка	5
	Итого	<u>32</u>

Количество часов в неделю - 1

Количество учебных недель – 34

Праздничных дней- 2 (02.05, 09.05)

Количество часов за год -**32**

№ урока n/n	Дата	Тема урока	Тип урока	УУД			Характеристика деятельности учащихся
				Предметные	Метапредметные	Личностные	
1.	01.09	Инструктаж по ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы и бега. Бег с ускорением до 20 метров. Подвижные игры	Комбинированный	Характеризовать роль и значение режима дня, уроков физической культуры в сохранении и укреплении здоровья	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми
2.	07.09	Инструктаж по ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы и бега. Бег с ускорением до 20 метров. Игра «Пятнашки».	Комбинированный	Характеризовать роль и значение режима дня, уроков физической культуры в сохранении и укреплении здоровья	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми
3.	14.09	ОРУ. Разновидности ходьбы и бега. Бег с ускорением до 20 метров.	Комбинированный	планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры	технически правильно выполнять двигательные действия	активно включаться в общение и взаимодействие со	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как

		Пробегание дистанции 30 и 60 метров с максимальной скоростью. Игра «Воробьи и вороны».			из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми
4.	21.09	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2на2 метра) с расстояния 4-5 метров. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.».	Объяснение нового материала	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; — видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжков
5.	28.09	Прыжки с поворотом на 180 градусов. Прыжок в длину с 3-5 шагов разбега. Прыжок с высоты до 40 см Прыжок в длину с места. Игра «К своим флажкам». Развитие	Объяснение нового материала	планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры	видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; — оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений

		скоростно-силовых и координационных способностей.			их с эталонными образцами; — управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность	условиях	
6.	05.10	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Пятнашки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Урок-игра	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений, осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений
7.	12.10	ОРУ. Игры: «Прыгающие воробьи», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-	Урок - закрепление	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Проявлять качества силы, быстроты и

		силовых и координационных способностей.			инвентаря и оборудования, организации места занятий; — планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	целей	
8.	19.10	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Урок - игра	Выполнять организующие строевые команды и приёмы, выполнять легкоатлетические упражнения планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений
9.	26.10	ОРУ на месте и в движении. Подвижные игры и эстафеты с бегом прыжками и метаниями. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Комбинированный	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость) Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений

10	09.11	ОРУ на месте и в движении. Подвижные игры и эстафеты с бегом прыжками и метаниями. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Комбинированный	Выполнять организующие строевые команды и приёмы. в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; — видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений
11	16.11	Инструктаж по ТБ. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроения из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперёд в упор присев. Кувырок в сторону. Развитие координационных способностей.	Комбинированный	в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять	технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении упражнений
12	23.11	Размыкание и	Комби	в доступной форме объяснять	характеризовать	активно	Осваивать

		<p>смыкание приставными шагами. Перестроения из колонны по одному в колонну по два. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойка на лопатках, согнув ноги, перекат вперёд в упор присев. Кувырок в сторону. Развитие координационных способностей.</p>	<p>нировальный</p>	<p>правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять</p>	<p>явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления</p>	<p>включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</p>	<p>универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений</p>
13	30.11	<p>Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два(четыре) шага - разомкнись!». Вис стоя и лёжа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног.. Развитие силовых и координационных способностей.</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять</p>	<p>анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; — видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека</p>	<p>проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>

14	07.12	<p>Вис стоя и лёжа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Развитие силовых и координационных способностей.</p>	Комбинированный	<p>планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры</p>	<p>видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; — оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; — управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность</p>	<p>проявлять дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений</p>
15	14.12	<p>Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе. Лазание по гимнастической стенке с одновременным</p>	Урок - игра	<p>представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p>	<p>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления</p>	<p>проявлять дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей,</p>	<p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении упражнений прикладной направленности</p>

		перехватом рук и перестановкой рук. Перелезание через коня, бревно. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие силовых и координационных способностей.					
16	21.12	Кувырок вперёд. Стойка на лопатках, согнув ноги. Выполнение комбинации из разученных элементов. Вис стоя и лёжа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. Лазание по наклонной	Урок-соревнование	выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; — планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений

		скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе.					
17	11.01	Кувырок вперёд. Стойка на лопатках, согнув ноги. Выполнение комбинации из разученных элементов.. Вис стоя и лёжа. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух и одной ноге на бревне. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе.	Урок-соревнование	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы , быстроты и координации при выполнении бега
18	18.01	Инструктаж по ТБ на уроках лыжной подготовки. Скользящий и	Комбинированный	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную	проявлять положительные качества личности и	Проявлять качества силы , быстроты и координации при

		ступающий ход с палками и без. Подъём «ёлочкой» и спуск на небольших уклонах. Повороты переступанием.			оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	выполнении бега
19	25.01	Скользкий ход с палками. Подъём «ёлочкой» и спуск на небольших уклонах. Прохождение дистанции до 1500 метров.	Комбинированный	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
20	01.02	Скользкий ход с палками. Подъём «ёлочкой» и спуск на небольших уклонах. Прохождение дистанции до 1500 метров.	Комбинированный	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
21	08.02	Скользкий ход с палками. Подъём	Комбинированный	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении	характеризовать явления (действия и	проявлять положительн	Проявлять качества силы,

		«ёлочкой» и «ёлочкой» и спуск на небольших уклонах. Прохождение дистанции до 1500 метров.	нный	упражнений.	поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	ые качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	быстроты и координации при выполнении бега
22	15.02	Скользкий ход с палками. Подъём «ёлочкой» и спуск на небольших уклонах. Прохождение дистанции до 1500 метров.	Комбинированный	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
23	22.02	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега

24	29.02	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
25	07.03	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
26	14.03	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий,	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега

		координационных способностей			отбирать способы их исправления	условиях	
27	28.03	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
28	04.04	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину», «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
29	11.04	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте и в движении правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега

		«Мяч в корзину», «Передал – садись». Учебный мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.			ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	(нестандартных) ситуациях и условиях	
30	18.04	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте и в движении правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Учебный мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
31	25.04	Подвижные игры и эстафеты с изученными элементами. Учебный мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комбинированный	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления	проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бега
32	16.05	Ловля и передача	Комби	Уметь владеть мячом:	характеризовать	проявлять	Проявлять

	<p>мяча в движении. Ведение на месте и в движении правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Учебный мини-баскетбол. Развитие координационных способностей</p>	<p>нированный</p>	<p>держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</p>	<p>явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления</p>	<p>положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях</p>	<p>качества силы, быстроты и координации при выполнении бега</p>
--	--	-------------------	---	--	---	--

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы» В.И. Лях, А.А. Зданевич; Москва : « Просвещение» 2011.
2. « Справочник учителя физической культуры» П.А.Киселёв, С.Б.Киселёва;- Волгоград: «Учитель» 2011.
3. «Двигательные игры 1-4 классы» , Н.И. Дереклеева ; Москва: «ВАКО», 2010
4. « Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю. . Патрикеев; Москва «ВАКО», 2011
5. « Зимние подвижные игры 1-4 классы» , А.Ю. Патрикеев; Москва «ВАКО», 2011
6. « Поурочные разработки по физкультуре» В.И. Ковалько; Москва: «ВАКО», 2011
7. « Физкультура в начальной школе» , Г.П. Болонов; Москва: « ТЦ Сфера» 2010

Электронный образовательный ресурс:

1. Технические средства обучения:

- компьютер
- мультимедиа проектор
- цифровой фотоаппарат.

2. Учебно-практическое оборудование

- стенка гимнастическая
- скамейка гимнастическая
- маты гимнастические
- мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные

