

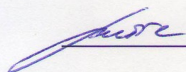
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 245
Адмиралтейского района г. Санкт-Петербурга

«Рассмотрено»
На методическом
объединении

Протокол № 1

«28» 08 2018

«Согласовано»
Заместитель
директора по УВР

 /Витте Е.П./

«28» 08 2018

«Утверждено»
Директор
ГБОУ СОШ №245



/Матвеева М.Н./

Приказ № 53 от
«30» 08 2018

«Принято»
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ №245
Протокол № 1

«30» 08 2018

**Рабочая программа
по предмету
«Физическая культура»
для 2 класса
3 часа в неделю (102 часа в год)**

Составитель: учитель физической культуры
Семенец Ян Максимович

2018 – 2019 учебный год

Пояснительная записка

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

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

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

Таблица тематического распределения часов

№	Разделы и темы	Количество часов					
		Примерная программа	Рабочая программа	Рабочая программа по классам			
				1	2	3	4
	Базовая часть	270	310	76	78	78	78
1	Знания о физической культуре		12	3	3	3	3
2	Способы физкультурной деятельности		12	3	3	3	3
3	Физическое совершенствование:		286	70	72	72	72
	-гимнастика с основами акробатики		72	18	18	18	18
	-легкая атлетика		71	17	18	18	18
	-кроссовая подготовка, мини-футбол		71	17	18	18	18
	-подвижные игры		72	18	18	18	18

	- общеразвивающие упражнения		в содержании соответствующих разделов программы				
	Вариативная часть	135	95	23	24	24	24
	Баскетбол		47	11	12	12	12
	Волейбол		48	12	12	12	12
	ИТОГО:	405	405	99	10	10	102
					2	2	

Общая характеристика учебного предмета.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- 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 так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 405 ч, из них в 1 классе 99 ч (3 ч в неделю, 33 учебные недели), по 102 ч во 2, 3 и 4 классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

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

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

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

Результаты освоения предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями
- режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техническом уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Содержание начального общего образования по учебному предмету

2 класс 102 часа

Знания о физической культуре 3 часа

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

Способы физкультурной деятельности 3 часа

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

Физическое совершенствование 72 часа **Гимнастика с основами акробатики 18 часов**

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

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

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

Легкая атлетика 18 часов

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

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

Метание малого мяча на дальность из-за головы.

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

Кроссовая подготовка, мини-футбол 18 часов

1. Бег по слабопересеченной местности до 1 км.
2. Равномерный медленный бег до 5 мин.
3. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.)
4. Спортивная игра *мини-футбол*: а) удары по мячу ногой.
б) остановка мяча ногой, отбор мяча.
в) тактические действия в защите и нападении
г) отбор мяча.
5. Бег по пересеченной местности.
6. Равномерный бег до 6 мин.
7. Кросс до 1 км.
8. Бег с преодолением препятствий.
9. Бег по пересеченной местности.

Подвижные игры 18 часов

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

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

На материале раздела «Спортивные игры»:

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

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

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

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Уровень физической подготовленности

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

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

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

- несинхронность выполнения упражнения.

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

Темы рефератов

1. Баскетбол
2. Виды массажа
3. Виды физических нагрузок, их интенсивность
4. Влияние физических упражнений на мышцы
5. Волейбол
6. Закаливание
7. Здоровый образ жизни
8. История Олимпийских игр
10. Общая физическая подготовка: цели и задачи
11. Организация физического воспитания
12. Основы самостоятельных занятий физическими упражнениям
13. Питание спортсменов
14. Правила игры в фут-зал (мини-футбол)
15. Развитие быстроты

Характеристика класса

В классе обучаются учеников, физическая подготовка хорошая, часто болеющих нет, есть ученики с спортивными разрядами.

Календарно- тематическое планирование 2 класс 102 часа

№	Тема урока	Предметные УУД	Метапредметные УУД	Виды деятельности	Кол - во ч	Дата
1	Т.б. Правила поведения на спортивной площадке. Построение в колонну по одному	<ul style="list-style-type: none"> • планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры; • изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности и человека, связь с трудовой и военной деятельностью; • представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и 	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; • проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; • оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. <p>Регулятивные и коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеристика 	<p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявлять различие в основных способах передвижения человека. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	1	
2	Т.б. Построение в шеренгу, равнение в шеренге				1	
3	Т.б. Подвижные игры				1	
4	Т.б. Повороты на месте переступанием, размыканием			1		
5	Т.б.. Метание мяча в горизонтальную цель			1		
6	Т.б. Подвижные игры			1		
7	Т.б.. Метание малого мяча в горизонтальную цель			1		
8	Т.б.. Прыжки с высоты с мягким приземлением			1		
9	Т.б. Подвижные игры			1		
10	Т.б.. Повороты на месте прыжком, построение в круг			1		
11	Т.б. Прыжки на мягкое препятствие высотой 40 см			1		
12	Т.б.. Подвижные игры			1		
13	Т.б. Сочетание разбега с толчком и приземлением на обе ноги в прыжках на препятствие			1		
14	Т.б. Прыжки в длину с места			1		
15	Т.б. Подвижные игры			1		
16	Т.б.. Прыжки в длину с места			1		
17	Т.б.. Построение в шеренгу по расчету. Перебрасывание мяча в парах			1		
18	Т.б.. Подвижные игры			1		
19	Т.б. Прыжки в длину с разбега			1		
20	Т.б.. Упражнения в равновесии с мячом			1		

21	. Т.б. Подвижные игры	физической	явления (действия и поступков), их	прыжковыхупр-ений. Осваивать универс. умения по взаимодей-ию в парах и группах при разучив.и выполнении прыжковых упр-ний. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковыхупр-ний. Соблюдать правила т.б. при выполнении прыжковыхупр-ний.	1	
22	Т.б. Прыжки в длину с разбега. Перебрасывание мяча в шеренгах	подготовки человека;	объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;		1	
23	Т.б.. Упражнения в равновесии	• измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;	обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;		1	
24	Т.б. Подвижные игры	• оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;	общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;		1	
25	Т.б.. Упражнения в равновесии. Прыжки с мячом	• оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;	обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;		1	
26	Т.б.Упражнения в равновесии	• организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;	организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;		1	
27	Т.б. Подвижные игры	• бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение	планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;		1	
28	Т.б.. Прыжки через короткую скакалку				1	
29	Т.б.. Лазание по гимнастической скамейке и упражнение в равновесии				1	
30	.Т.б. Подвижные игры				1	
31	Т.б.. Прыжки через короткую скакалку. Упражнения в ударах мяча об пол с продвижением вперед				1	
32	Т.б. Лазание по гимнастической стенке, перебрасывание мяча в шеренге			Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	1	
33	Т.б.. Подвижные игры				1	
34	Т.б..Упражнение в равновесии, лазание на гимнастической стенке				1	
35	Т.б Метание в вертикальную цель				1	
36	Т.б.. Подвижные игры				1	
37	. Т.б. Упражнение в равновесии и прыжках				1	
38	Т.б. Упражнение в перебрасывании мяча через шнур, лазании и равновесии				1	
39	Т.б. Подвижные игры				1	
40	Т.б. Перебрасывание мяча через сетку				1	
41	. Т.б. Упражнение в ползании на животе по гимнастической скамейке				1	
42	Т.б. Передача мяча в колонне и шеренге				1	
43	Т.б.. Подвижные игры				1	
44	. Т.б. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии				1	
45	Т.б.. Упражнение в равновесии				1	
46	Т.б.. Подвижные игры				1	
47	.Т.б. Тренировка в построении, подвижные игры				1	
48	Т.б.. Передача мяча в колонне, упражнение в равновесии				1	
49	Т.б. Подвижные игры				1	
50	Т.б.. Подвижные игры, повороты приставными			Взаимодействовать в	1	

	шагами	требований	<ul style="list-style-type: none"> • анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; • видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; • оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами; • управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность; • технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности 	парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности		
51	Т.б. Упражнение в равновесии	техники			1	
52	Т.б. Подвижные игры	безопасности ;			1	
53	Т.б. Упражнение в равновесии	• организация и проведение			1	
54	Т.б. Подвижные игры	занятий			1	
55	Т.б. Игры и игровые упражнения	физической			1	
56	Т.б Игры и игровые упражнения	культурой с разной			1	
57	Т.б. Подвижные игры	целевой			1	
58	Т.б Подвижные игры	направленностью,			1	
59	Т.б Прыжок в длину с места, бросание мяча о стену	подбор для них			1	
60	Т.б Подвижные игры	физических			1	
		упражнений и				
		выполнение их с				
		заданной				
		дозировкой				
61	Т.б Прыжки в длину с места, через короткую скакалку	нагрузки;			1	
62	Т.б. Упражнение в равновесии и лазании по гимнастической скамейке	• характеристика			1	
63	Т.б. Подвижные игры	физической			1	
64	Т.б. Метание теннисного мяча в щит	нагрузки по			1	
65	Т.б. Лазание произвольным способом через гимнастическую скамейку	показателю час-			1	
66	Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывание малого мяча вверх	игры пульса,			1	
67	Т.б Лазание через скамейки, передача мяча различными способами	регулирование её			1	
68	. Т.б Упражнение в равновесии и прыжках через короткую скакалку	напряжённости во			1	
69	Т.б Подвижные игры	время занятий по			1	
70	Т.б Упражнение в равновесии	развитию			1	
71	. Т.б Упражнение в равновесии и перебрасывании мяча в шеренгах	физических			1	
72	Т.б Прыжки через скакалку, ведение баскетбольного мяча	качеств;			1	
73	Т.б. Подвижные игры	• взаимодействие	1			
74	.Т.б Метание мяча в вертикальную цель	со сверстниками	1			
75	Т.б. Метание мяча в вертикальную цель	по правилам	1			
76	Т.б. Лазание через препятствие	проведения	1			
77	Т.б Подвижные игры	подвижных игр и	1			
		соревнований;				
		• объяснение в				
		доступной форме				
		правил (техники)				
		выполнения				
		двигательных				
		действий, анализ и				

78	Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену	поиск ошибок, исправление их; • подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; • нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов; • выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения; • выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности гостя;			1		
79	. Т.б Упражнение в равновесии и ударах мяча о стену				1		
80	Т.б. Прыжки в высоту, метание на дальность				1		
81	Т.б Подвижные игры				1		
82	Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега				Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач Осваивать технические действия из спортивных игр.	1	
83	Т.б Прыжки в высоту с прямого разбега					1	
84	Т.б Прыжки в высоту, ведение мяча					1	
85	Т.б. Подвижные игры					1	
86	Т.б Метание теннисного мяча на дальность					1	
87	Т.б Прыжки через короткую скакалку					1	
88	.Т.б Подвижные игры					1	
89	Т.б Перебрасывание мяча в шеренгах					1	
90	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега					1	
91	Т.б Подвижные игры					1	
92	.Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии					1	
93	Т.б Упражнение в прыжках в длину с разбега и в равновесии					1	
94	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега					1	
95	Т.б Метание набивного мяча, прыжки в длину с разбега					1	
96	.Т.б Подвижные игры					1	
97	.Т.б Бег по кочкам, упражнение в метании на дальность и в прыжках					1	
98	Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления	1					
99	Т.б Прыжки в длину с места на дальность приземления	1					
100	.Т.б Подвижные игры	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.	1				
101	Т.б Подвижные игры		1				
102	Т.б. Подвижные игры		1				