

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №25»

Рассмотрено на заседании
методического объединения
Протокол № 1 от
31.08.2017г.
Руководитель МО
 Л.Е. Саликова

Согласовано
на заседании методического
совета
Протокол № 1 от
31.08.2017г.
Руководитель МС
 Л.А. Галкина

Утверждено
Директор МБОУ «СШ№25»
ГРФ Белавина
Приказ № 86 от
31.08.2017г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Физическая культура игр

2 класс

на 2017 -2018 учебный год

Составители:

Либанова Ирина Викторовна,

учитель высшей квалификационной
категории

Федорова Ирина Викторовна,

учитель высшей квалификационной
категории

г. Нижневартонск, 2017

Пояснительная записка

Предлагаемая рабочая программа предназначена для изучения физической культуры на уровне начального общего образования для 1-4 классов в 2017- 2018 учебном году.

Программа составлена в соответствии с основной образовательной программой начального общего образования на 2017-2018 учебный год, на основе:

- Федеральных государственных образовательных стандартов образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования в соответствии с ФГОС НОО, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373;

- Приказа Министерства образования и науки РФ от 26.11.2010г. №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. № 373», (в ред. от 18.12.2012г. №1060);

- СанПиН 2.4.2.2821-10 (утвержденного Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189)

- Постановления правительства РФ от 11 июня 2014 года №540 «Об утверждении Положения о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) (с изменениями).

Основная образовательная программа начального общего образования определяют содержание и организацию учебного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно – нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Цели программы

образовательные цели

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности;
- развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности;
- овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, умениями их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;
- воспитание познавательной активности и интереса к занятиям физическими упражнениями, культуры общения и взаимодействия в учебной и игровой деятельности.

повышение качества по предмету

методические цели

освоение технологии уровневой дифференциации с учетом личностно-ориентированного подхода в обучении и применение ее на уроках.

исследовательские цели

Продолжить работу по теме «повышение мотивации учащихся через использование икт на уроках физической культуры»

Особенностью физической культуры как учебного предмета является ее деятельный характер, задача формирования представлений о физической культуре не является самоцелью, а знания, которые приобретает младший школьник, выступают средством развития его физической деятельности, овладения физической культурой как частью общей культуры человека. Процесс обучения структурируется в зависимости от этапа, целей, ставящихся на каждом из этапов обучения, и может быть связан с освоением того или иного способа физической деятельности, овладением физическим упражнением, развитием физических качеств и т.п. Для полноты реализации программного содержания, помимо уроков физической культуры как ведущей формы организации обучения, используются физкультурно-оздоровительные занятия в режиме учебного дня и учебной недели, спортивно-массовые мероприятия и педагогически организованные формы занятий после уроков (спортивные соревнования, спортивные праздники, спортивные кружки, занятия лечебной физической культурой).

При организации целостного образовательного процесса в начальной школе особое значение приобретают межпредметные связи: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких учебных предметов, как окружающий мир, литературное чтение, математика и искусство. при этом, разрабатывая межпредметное содержание в структуре этих образовательных дисциплин, целесообразно ориентироваться на расширение и углубление знаний о физической культуре, закрепление общих учебных умений, навыков и способов деятельности, которые формируются в процессе освоения школьниками содержания учебного предмета «физическая культура». это, касается прежде всего выполнения правил гигиены, здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья.

Решая задачи физического воспитания, необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Задачи физического воспитания учащихся 2 классов направлены на:

- сохранение здоровье обучающихся 2 классов на уровне 1 и 2 групп здоровья;
- повышение интереса к занятиям физической культурой у 100% обучающихся 2 классов;
- формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;
- повышение качества образования на 1%.

Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего 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;

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

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

1. активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
2. проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
3. проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
4. оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

1. характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
2. находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
3. общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
4. обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
5. организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
6. планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
7. анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
8. видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
9. оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
10. управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
11. технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются: Знания о физической культуре

Обучающийся научится: ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма; раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие; ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами; Организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; Измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Содержание программы курса физкультуры во 2-х классах.

Программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 1–4 классах составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся» (В.И. Лях, А.А. Зданевич). Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части, при этом с учетом рекомендаций МОиН РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня увеличено изучение программного материала в разделе «Подвижные игры».

Раздел программы: Основы знаний о физической культуре

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовкой и укрепления здоровья человека. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

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.

Раздел программы: гимнастика с элементами акробатики

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; основная стойка и команда «Смирно!»; стойки по команде «Вольно!» и «Равняйся!»; размыкание в шеренге и колонне, на месте и в движении; команды «Шагом марш!», «На месте!» и «Стой!»; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по команде «Налево!» («Направо!»); размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге; повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два»; перестроение по два в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, с наклоном, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа с группированием и обратно (с помощью); из упора присев назад и боком;

Прикладно - гимнастические упражнения: передвижение по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально, спиной, к опоре; переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизированные шаги польки); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине — вис стоя спереди, сзади, завесом одной, двумя ногами.

Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, заданий на координацию движений типа «веселые задачи», с «включением» (напряжением) и «выключением» (расслаблением) звеньев тела; «Змейка», «Иголлка и нитка», «Пройди бесшумно», «Тройка», «Раки», «Через холодный ручей», «Петрушка на скамейке», «Не урони мешочек», «Конники-спортсмены», «Запрещенное движение», «Отгадай, чей голос», «Что изменилось», «Посадка картофеля», «Прокати быстрее мяч», «Кузнечики», «Парашютисты», «Медвежата за медом», «Увертывайся от мяча», «Гонки мячей по кругу», «Догонялки на марше», «Альпинисты», эстафеты (типа: «Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами»).

Раздел программы гимнастика с основами акробатики ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия	Результат
--------------------------------	-----------

Личностные	1. - мотивационная основа на занятия гимнастикой; 2. - учебно-познавательный интерес к занятиям гимнастикой с основами акробатики.
Регулятивные	1. - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); 2. - планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; 3. - учитывать правило в планировании и контроле способа решения; 4. - адекватно воспринимать оценку учителя; 5. - оценивать правильность выполнения двигательных действий.
Познавательные	1. - осуществлять анализ выполненных действий; 2. - активно включаться в процесс выполнения заданий по гимнастике с элементами акробатики; 3. - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений.

Раздел программы: легкоатлетические упражнения

- Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий и низкий старт с последующим стартовым ускорением.
- Прыжки: на месте (на одной, на двух, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; спрыгивание и запрыгивание на горку матов; в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание»; в длину с разбега, согнув ноги.
- Броски: большого мяча на дальность двумя руками из-за головы, от груди, снизу из положения стоя и сидя.
- Метание: малого мяча на дальность способом «из-за головы» стоя на месте и «из-за головы через плечо» с разбега.

Подвижные игры на материале легкой атлетики: «Два мороза», «Пятнашки», салки «Не попади в болото», «Пингвины с мячом», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «К своим флажкам», «Кот и мыши», «Быстро по местам», «Гуси-лебеди», «Не оступись», «Вызов номеров», «Шишки-желуди-орехи», «Невод», «Третий лишний», «Заяц без дома», «Пустое место», «Мяч соседу», «Метко в цель», «Космонавты», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Кто дальше бросит», «Мяч среднему», «Белые медведи», «Кто обгонит», «Круговая охота», «Капитаны», «Ловля парами», «Пятнашки в парах (тройках)», «Подвижная цель», «Не давай мяча водящему».

Планируемые результаты реализации раздела лёгкой атлетики:

- Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов.
- - приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности;
- - развитие самостоятельности при выполнении легкоатлетических упражнений;
- - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Ученик научится: -способам и особенностям движений и передвижений человека;

- выполнять дыхательные упражнения при выполнении физических упражнений; терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направленности воздействия на организм;
- способам простейшего контроля за деятельностью систем дыхания и кровообращения при выполнении легкоатлетических упражнений;
- правилам выполнения общих и индивидуальных основ личной гигиены, использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- технике выполнения легкоатлетических упражнений; соблюдать технику безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений.

Раздел программы: лыжная подготовка

- Организующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.
- Передвижения на лыжах: ступающим и скользящим шагом; попеременным двухшажным и одновременным одношажным и двухшажным ходом; чередование шагов и ходов во время передвижения по дистанции.
- Повороты: переступанием на месте и в движении; «упором».
- Спуски: в основной и низкой стойке.
- Подъемы: ступающим и скользящим шагом.
- Торможение: палками и падением.

Подвижные игры на материале лыжной подготовки: «Салки на марше», «На буксире», «Финские санки», «Два дома», «По местам», «День и ночь», «Кто дольше прокатится», «Куда укатиться за два шага», «Попади в ворота», «Кто быстрее взойдет в гору», «Кто дальше скатится с горки», «Быстрый лыжник», «За мной», «Охотники и зайцы», «Круговая лапта».

Раздел программы лыжной подготовки ориентирован на формирование и развитие следующих видов универсальных учебных действий (УУД).

Универсальные учебные действия	Результат
Личностные	- мотивационная основа на занятия лыжными гонками, занятиями на свежем воздухе;- учебно-познавательный интерес к занятиям лыжной подготовкой.
Регулятивные	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости);- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;- адекватно воспринимать оценку учителя;- оценивать правильность выполнения двигательных действий.
Познавательные	- осуществлять анализ выполненных действий;- активно включаться в процесс выполнения заданий по лыжной подготовке;- выражать творческое отношение к выполнению заданий с лыжными палками и без.
Коммуникативные	- уметь слушать и вступать в диалог;- способен участвовать в речевом общении.

Планируемые результаты реализации раздела лыжная подготовка:

- Урочная деятельность, направленная на формирование УУД обеспечивает достижение результатов.
- - приобретение обучающимися знаний о нормах поведения в совместной познавательной деятельности при занятиях лыжной подготовкой;
- - развитие самостоятельности при выполнении упражнений для занятий лыжами;
- - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Ученик научится:

- способам и особенностям движений и передвижений человека на лыжах;
- выполнять дыхательные упражнения при выполнении передвижений на лыжах;
- терминологии разучиваемых упражнений их функционального смысла и направленности воздействия на организм;
- способам простейшего контроля за деятельностью систем дыхания и кровообращения при выполнении упражнений на занятиях по лыжной подготовке;
- правилам выполнения общих и индивидуальных основ личной гигиены при занятиях на улице с использованием закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- технике выполнения передвижения на лыжах; соблюдать технику безопасности при занятиях лыжной подготовкой.

3.Содержание программы курса физкультуры

Программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 1–4 классах составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся» (В.И. Лях, А.А. Зданевич). Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части, при этом с учетом рекомендаций МОиН РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня увеличено изучение программного материала в разделе «Подвижные игры»

Определение уровня физической подготовленности учащихся проводится по 6 контрольным упражнениям:

№ п/п	Физические способности	Контрольные упражнения (тест)
1.	Скоростные	Бег 30 м, с
2.	Координационные	Челночный бег 3х10 м, с
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см
4.	Выносливость	6-минутный бег, м
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см
6.	Силовые	Подтягивание: высокая перекладина (мал.); низкая перекладина (дев.)

Оценка уровня физической подготовленности школьников осуществляется при помощи специальных таблиц. Выделяют три основных уровня физической подготовленности учащихся: высокий, средний и низкий.

II КЛАСС

Контрольные упражнения	Уровень
------------------------	---------

	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе лежа согнувшись, 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					

3 Тематическое планирование

№ уроков	Разделы	Количество часов
1-12	Легкая атлетика	12
13-22	Гимнастика	10
23-36	Подвижные игры	14
37-46	Лыжная подготовка	10
47-60	Подвижные игры с элементами баскетбола	14
61-68	Легкая атлетика	8
69-102	Игры	33

Виды и формы контроля:

Текущий контроль: - устный- фронтальный – индивидуальный – групповой контроль- самоконтроль – взаимоконтроль

Итоговый контроль:- тесты,- тематические учеты.

Календарно-тематическое планирование 2 класс (2 часа).

№ урока	Номер раздела и урока темы	Дата проведения				Тема урока	Примечание. Причина корректировки
		план		факт			
		2 а	2б	2 а	2б		
Раздел 1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (12 часов)							
1.	1.1	04.09	05.09			Вводный урок. Техника безопасности на уроке	
2	1.2	07.09	07.09			Бег на скорость в заданном коридоре.	
3	1.3	11.09	12.09			Сдача норматива ГТО-Бег на скорость 30. История развития ФК	
4	1.4	14.09	14.09			Прыжки	
5	1.5	18.09	19.09			Сдача норматива ГТО - Прыжок в длину способом «согнув ноги».	
6	1.6	21.09	21.09			Метание	
7.	1.7	25.09	26.09			Сдача норматива ГТО – метание теннисного мяча на точность.	
8	1.8	28.09	28.09			Бег по пересе-ченной местности	
9	1.9	02.10	03.10			Равномерный бег 3 мин.	
10	1.10	05.10	05.10			Сдача норм ГТО – челночный бег 3х10м.	
11	1.11	09.10	10.10			Бег и развитие выносливости.	
12	1.12	12.10	12.10			Сдача норм ГТО -Кросс 800 м. по пересеченной местности.	
Раздел 2. ГИМНАСТИКА (10 часов).							
13	2.1	16.10	17.10			Техника безопасности. Строевые упражнения.	
14	2.2	19.10	19.10			Кувырок вперед, кувырок назад.	

15	2.3	23.10	24.10			Кувырок назад и перекат стойка на лопатках.	
16	2.4	26.10	26.10			Сдача норматива ГТО – сгибание и разгибание рук в упоре лежа	
17	2.5	30.10	31.10			Подъем туловища из положения «лежа на спине»	
18	2.6	02.11	02.11			Висы и упоры. Строевые упражнения.	
19	2.7	13.11	13.11			Сдача нормы ГТО – подтягивание на высокой перекладине.	
20	2.8	16.11	16.11			Сдача нормы ГТО – подтягивание на низкой перекладине .Прыжки через скакалку	
21	2.9	20.11	20.11			Сдача нормы ГТО – тест на гибкость.	
22	2.10	23.11	23.11			Семенящий бег.	
Раздел 3. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ (14 часов).							
23	3.1	27.11	27.11			Техника безопасности при проведении подвижных игр.	
24	3.2	30.11	30.11			Игры: «Белые медведи», «Космонавты».	
25	3.3	04.12	05.12			Игры: «Пятнашки», «Кто дальше бросит»	
26	3.4	07.12	07.12			Игры: «Пятнашки», «Точный расчет».	
27	3.5	11.12	12.12			Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву»	
28	3.6	14.12	14.12			Игры: «Прыжки по полосам», «Удочка».	
29	3.7	18.12	19.12			Игры: «Удочка», «Вол во рву».	
30	3.8	21.12	21.12			Игры: «Удочка», «Мышеловка», «Невод».	
31	3.9	25.12	26.12			Игры: «Гонка мячей», «Третий лишний».	
32	3.10	28.12	28.12			Игры: «Перестрелка», «Гонка мячей».	
33	3.11					Игры: «Удочка», «Мышеловка», «Невод».	
34	3.12					Игры: «Удочка», «Кто дальше бросит», «Невод».	
35	3.13					Игры: «Охотники и утки», «Подсечка», «Четыре стихии».	
36	3.14					Игры: «Удочка», «Кто дальше бросит», «Невод».	
Раздел 4. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА (10 часов).							
37	4.1					Инструктаж по ТБ. Формировать навыки передвижения на лыжах.	
38	4.2					Передвижение скользящим шагом	
39	4.3					Техника скользящего шага	

40	4.4					Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.	
41	4.5					Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.	
42	4.6					Совершенствовать технику скольжения. Повороты на лыжах.	
43	4.7					Повороты на лыжах.	
44	4.8					Прохождение учебной дистанции.	
45	4.9					Сдача норматива ГТО – прохождение на лыжах учебной дистанции 1 км. (без учета времени)	
46	4.10					Учет умений	
Раздел 5. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА ОСНОВЕ БАСКЕТБОЛА (14часов).							
47	5.1					Инструктаж по ТБ. Работа с баскетбольными мячами.	
48	5.2					Передача двумя руками от груди.	
49	5.3					Передача мяча сверху из-за головы	
50	5.4					Передача мяча сверху из-за головы	
51	5.5					Ловля и передача мяча	
52	5.6					Ведение мяча.	
53	5.7					Ведение мяча с изменением направления и скорости.	
54	5.8					Ведение мяча правой и левой рукой в движении	
55	5.9					Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	
56	5.10					Игры: «Перестрелка», «Мини - баскетбол».	
57	5.11					Игры: «Подвижная цель», «Мини баскетбол».	
58	5.12					Игры: «Охотники и утки», «Перестрелка».	
59	5.13					Игра «Перестрелка». Эстафета.	
60	5.14					Мини-баскетбол.	
Раздел 6. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (8часов).							
61	6.1					Инструктаж по ТБ. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 м.	
62	6.2					Бег по пересеченной местности	
63	6.3					Равномерный бег 4 мин.	
64	6.4					Кросс 800 м	

65	6.5					Спринтерский бег.	
66	6.6					Спринтерский бег.	
67	6.7					Бег на результат 30 м.	
68	6.8					Развитие двигательных качеств через подвижные игры. Подведение итогов	

Виды и формы контроля:

Текущий контроль:- устный - фронтальный – индивидуальный – групповой контроль- самоконтроль – взаимоконтроль

Итоговый контроль:

- тесты
- тематические учеты