

Министерство образования и науки Республики Бурятия
Администрация г. Улан-Удэ
Комитет по образованию
МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 25»

Рассмотрена на заседании МО _____ Протокол № __1__ «28» августа 2014 г.	Принята на заседании МС Протокол № _1_ «18» сентября 2014 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МАОУ «СОШ № 25» _____ «19» сентября 2014 г.
--	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курс *физическая культура*
Уровень обучения *базовый*
год обучения *второй*
для учащихся *вторых классов*
УМК «*Школа 2100*»

г. Улан – Удэ 2014г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Роль и место дисциплины	Предмет «Физическая культура» в школе становится в последнее время актуальным и обращает на себя внимание всего общества, заинтересованного в здоровой нации; является основой физического воспитания школьников и частью целостной системы воспитания.
2. Адресат	Программа адресована обучающимся 2-х классов для общеобразовательных школ по образовательной системе обучения « Школа России »
3. Соответствие ФГОС	Рабочая программа по физической культуре составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, с учетом требований профессионального Стандарта педагога, Примерной образовательной программы, Комплексной программы физического воспитания учащихся и ориентирована на использование учебно-методического комплекта:
4. Программное обеспечение	<p>1. <i>Лях, В. И.</i> Физическая культура. 1–4 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2012.</p> <p>2. <i>Лях, В. И.</i> Программы общеобразовательных учреждений : комплексная программа физического воспитания учащихся. 1–11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2012.</p> <p>3. <i>Лях, В. И.</i> Физическая культура. Рабочие программы : предметная линия учебников В. И. Ляха : пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2012</p>
5. Требования к знаниям и умениям обучающихся к окончанию 2 класса	<p>В результате освоения программного материала ученик получит знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – о правилах закаливания организма, его значении в укреплении здоровья; – о терминологии изучаемых видов школьной программы; – о правилах предупреждения травматизма. <p>Научится</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить самостоятельно комплексы утренней зарядки; – проводить подвижные игры во внеурочной деятельности; – измерять длину и массу тела, уровень развития основных физических качеств
6. Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования по Физической	<p>Предметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание того, когда и как возникла физическая культура; – умение использовать разученные физические упражнения для укрепления своего здоровья; – умение выполнять комплекс упражнений с группой учащихся; – умение обращаться с инвентарем и оборудованием; – умение вести наблюдения за своей физической подготовленностью. <p>– Понимание учащимися значения физических упражнений для укрепления здоровья, значения соблюдения режима дня, проведения утренней зарядки и соблюдения требований личной гигиены.</p> <p>– Соединение понимания и правильного выполнения упражнений для освоения техники видов в ходьбе, беге, прыжках и метаниях через подвижные игры.</p>

культуре	– Создание установки или общей мотивации учебной деятельности
7. Универсальные учебные действия.	Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; контроль и самоконтроль – использовать установленные правила в контроле способа решений; оценка – выделять и формулировать усвоенный материал. Познавательные: общеучебные – использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач
8. Целевая установка	Программа 2 класса направлена на достижение следующей цели: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
8. Принципы, лежащие в основе построения программы	Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач: – приобретение знаний о физической культуре и понимания ее значения в жизнедеятельности человека; – укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию, повышению работоспособности; – привитие потребности в занятиях физической культурой; – развитие координационных и кондиционных способностей; – содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности; – подготовка к жизненным реалиям развития нашего общества.
9. Специфика программы	Начальная школа – первая ступень образования, которая дает понятие полезности занятиями физической культурой: крепкое здоровье, высокий уровень двигательных способностей, физического развития, знаний и навыков в области физической культуры, активного развития мышления, творчества и самостоятельности. На этом этапе обучения предпочтение отдается комбинированным типам уроков, с постепенным увеличением видовых уроков.
10. Основные содержательные линии курса	Программа включает в себя следующие компоненты: уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, внеклассные физкультурно-массовые мероприятия. Содержание программы состоит из двух частей – базовой и дифференцированной (вариативной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей учащихся, а также учета особенности режима работы общеобразовательного учреждения. Со 2 класса учащиеся поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия базового и вариативного содержания программы до уровня умений.
11. Объем и сроки изучения	Предмет «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчета 3 ч в неделю (всего 405 ч); во 2 классе – 102 часа.
12. Библиографический список	1. Лях, В. И. Физическая культура. 1–4 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2012.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ уроков	Дата	Тема, тип урока		Элементы содержания	
				понятия	Характеристика деятельности учащихся
1	2	3	4	5	
1		Правила поведения и техника безопасности на уроке физкультуры <i>(постановочный)</i>	Как вести себя на уроке? Почему необходимо соблюдать технику безопасности? Цель: помочь учащимся освоить правила поведения и технику безопасности	Правила поведения и техника безопасности	Научиться выполнять правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры, быстро и точно реагировать на сигналы, владеть школой движений
2		Лёгкая атлетика. Обучение высокому старту в беге на 30 м и в беге на длинные дистанции. Развитие силы.	Как лучше выполнить упражнения? Цель: учить высокому старту, набору скорости и правильному положению рук в подтягивании	Команды: «На старт», «Внимание», «Марш». Перекладина, положение рук в подъёме из положения вис лёжа	Научиться выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам: «Внимание», «Марш», «На старт», подтягиваться прямым хватом рук
3		Тестовые упражнения в прыжках с места и в отжимании <i>(решение частных задач)</i> Бег 30 м	Как правильно выполнять прыжок с места в длину и отжимание из положения лежа? Цель: учить правильной технике прыжка и отжиманию от лавочки	Прыжок в длину с места. Отжимание от лавочки в положении лежа	Научиться правильно выполнять прыжок в длину с места и отжимание от лавочки в положении лежа
4		Тестовое упражнение в беге на 30 м, 500 м. Строевые упражнения. Метание малого мяча <i>(решение частных задач)</i> .	Как сохранить выносливость в беге на 500 метров? Как показать высокие результаты в метании мяча? Цель: научить распределять силы по дистанции, метать мяч с поворотом	Выносливость, темп бега, финиш. Метание мяча на дальность	Научиться выполнять бег на выносливость, распределять силы по всей дистанции 500 м, продемонстрировать вариативное выполнение метательных упражнений, правильно метать мяч с поворота

5	Тестовые упражнения: «Челночный бег», «Бросок мяча из-за головы стоя» (решение частных задач)	Как охарактеризовать технически правильное выполнение челночного бега и броска мяча? Цель: научить правильному бегу и броску мяча стоя	Челночный бег, кубики, секундомер, набивной мяч	Научиться старту в беге, правильному касанию кубиков и поворотам; правильному положению в метании мяча
6	Высокий старт в беге на 30 м. Набор скорости по дистанции (решение частных задач)	Каким должно быть положение на старте в беге на 30 м? Как поддержать темп бега по всей дистанции? Цель: научить правильно выполнять высокий старт и набирать скорость по ходу бега	Высокий старт, набор скорости и финиш	Научиться правильно выполнять положение во время старта и набирать скорость бега по всей дистанции, быть выносливым, описывать технику выполнения беговых упражнений
7	Метание малого мяча на дальность с поворотом на месте (решение частных задач)	Как правильно метать малый мяч на технику? Цель: научить правильному метанию малого мяча с поворота на месте	Основная стойка, шаги на три счета, поворот с метанием, угол вылета мяча	Научиться правильно выполнять исходное положение для метания и метание с поворотом
8	Развитие скорости в беге на короткие дистанции и метание мяча с поворотом с одного шага (решение частных задач)	Как развивать скорость на коротком отрезке и технически правильно метать мяч? Цель: учить умению набирать скорость и поддерживать ее, правильному положению корпуса во время метания малого мяча	Поддержание скорости во время бега, положение корпуса и работа рук в метании мяча	Научиться набирать скорость после старта и поддерживать по всей дистанции; правильно выполнять структуру движения от ног до кисти руки в метании
9	Развитие прыгучести – многоскоки. Метание с двух шагов (решение частных задач)	Как выполнять многократные прыжки, метание с двух шагов? Цель: учить прыжкам с ноги на ногу, сочетанию шагов в метании мяча	Многоскоки в длину. Шаги в метании	Научиться правильно выполнять несколько шагов в прыжке в длину; сочетание шагов (2 шага) в метании мяча
10	Передача мяча внутренней стороной стопы (щечкой)	Каково правильное положение стопы во время передачи мяча? Цель: учить правильной	Постановка стопы, «щечка», мини-футбольный мяч	Научиться правильно разворачивать стопу для передачи и принимать исходное

		<i>(решение частных задач)</i>	передаче мяча «щечкой»		положение для передачи
11		Метание мяча с поворотом с 2-х шагов. Правила игры в «Русскую лапту» <i>(решение частных задач)</i>	Как выполнить сочетание шагов с поворотом? Цели: учить слитному движению шагов с поворотом корпуса; ознакомить с правилами игры в «Русскую лапту»	Техника поворота в метании, игра «Русская лапта»	Научиться правильному выполнению шагов с поворотом в метании мяча, выучить правила игры в «Русскую лапту»
12		Развитие прыгучести – прыжки со скакалкой «горка» 5-10-15-20-15-10-5 Развитие гибкости	Как укрепить стопы, развивать дыхательную систему. Цель: учить правильному выполнению прыжков со скакалкой и упражнений для развития гибкости в суставах	Горка со скакалкой, развитие гибкости	Научиться правильно выполнять прыжки на двух ногах со скакалкой, упражнения на гибкость на полу
13		Остановка и передача мяча, силовое многоборье	Какими должны быть осознанные действия в правильной остановке мяча? Цель: научить остановке мяча стопой и передаче мяча	Остановка мяча, силовое многоборье	Научиться правильно останавливать мяч стопой и после проката выполнять передачу мяча обратно, выполнять упражнения силового многоборья
14		Строевая подготовка – повороты в шеренге, расчет на первый, второй. Метание в цель <i>(решение частных задач)</i>	Как правильно выполнить повороты? Цели: учить поворотам направо и налево на пятке одной и носке другой ноги; развивать глазомер в метании в цель	Команды: «направо», «налево». Предварительная и исполнительная команда; размер цели и расстояния до цели	Научиться выполнять повороты по предварительной и исполнительной командам; правильно принимать положение в метании
15		Закрепление навыка в строевой подготовке. Метание в цель с исходного положения <i>(обобщение и систематизация знаний)</i>	Как выполнить поворотов направо и налево в шеренге? Цель: способствовать закреплению навыка в поворотах на месте в шеренге, развитию глазомера	Цель (ориентир), команды, подаваемые учителем, расстояние до цели	Научиться правильно выполнять движения по команде учителя и ориентироваться по эталону с правильным положением рук во время метания в цель

16		Повторение передачи и остановки мяча в мини-футболе. Развитие координации в эстафетах (<i>решение частных задач</i>)	Какими навыками важно овладеть в действиях по мини-футболу? (<i>Передача и остановка мяча.</i>) Цель: закрепить элементы передачи и остановки мяча	Чувство мяча во время выполнения упражнений остановки и передачи мяча	Научиться технически правильно выполнять элементы мини-футбола, упражнения в эстафете на координацию и мышление
17		Повторение строевой подготовки в шеренге и в колонне. Развитие быстроты в эстафетах (<i>решение частных задач</i>)	Каким должен быть строевой шаг в колонне? Как произвести расчет на первый второй в шеренге? Цель: закрепить навык строевой подготовки в шеренге и колонне	Расчет в шеренге и в колонне, эстафеты на развитие быстроты	Научиться четко, быстро, правильно выполнять строевые приемы
18		Развитие координации силы в упражнении броска набивного мяча двумя руками стоя (<i>решение частных задач</i>)	Как укрепить мышцы спины и верхнего плечевого пояса в броске мяча? Цель: научить технически правильно выполнять бросок мяча из положения стоя	Набивной мяч, основная стойка в броске, понятий <i>координация и сила</i>	Научиться принимать правильное положение во время броска и обращать внимание на постепенное включение в работу ног, туловища рук и завершение упражнениями кистями
19		Развитие скорости движения верхнего плечевого пояса в метании малого мяча (<i>решение частных задач</i>)	Что сложного в метании малого мяча в стену на дальность отскока? Цель: научить правильной технике метания мяча на дальность отскока от стены	Верхний плечевой пояс, отскок от стены	Научиться правильно метать мяч с отскоком от стены
20		Развитие быстроты и координации в подвижных играх (на примере «Русской лапты»). Правила игры в «Русскую лапту»	Как развить быстроту мышления и координацию в играх? Цель: научить в подвижных играх быстро ориентироваться со сменой обстановки и решения конкретной задачи	Подвижные игры, изменение скорости и направления	Научиться выполнять правила игры, изменять направление движения, выполнять обманные движения

		(решение частных задач)			
--	--	-------------------------	--	--	--

21		Закрепление навыка в строевой подготовке (повороты в шеренге). Развитие ловкости (обобщение и систематизация знаний)	Надо ли осознанно подходить к выполнению упражнений в поворотах на месте? Почему? Цель: научить четко и быстро выполнять упражнения при поворотах	Повороты на левой пятке и правом носке и наоборот, понятия: <i>ловкость, изменение направления движения</i>	Научиться правильно и четко выполнять упражнения при поворотах и осмысливать свои действия при выполнении упражнений на ловкость
22		Ведение и остановка мяча. Подвижная игра «Осаль меня» (решение частных задач)	Каковы правила ведения мяча по прямой и остановки подошвой? Цель: научить ведению мяча внутренней и внешней частью стопы и остановке подошвой	Внутренняя и внешняя часть стопы, остановка подошвой	Научиться правильному выполнению элемента – ведение и остановка мяча

23		Перестроения в шеренге, эстафеты с большими мячами. Игра – смена мест	Как выполнить построение в две шеренги? Цель: научить выполнению перестроения из шеренги по одному в шеренгу по два	Правильное выполнение упражнения на три счета	Научиться правильно и четко выполнять перестроения в шеренге
24		Развитие прыгучести – прыжки со скакалкой, подвижная игра – салки с приседанием (решение частных задач)	Какие будем считать правильными прыжки со скакалкой? Цель: научить правильному выполнению прыжков со скакалкой на двух ногах	Правильное выполнение прыжков на двух ногах	Научиться четко и правильно выполнять прыжки; тренировать умения по развитию прыгучести

25		Развитие координации при	Как следует принять правильное положение в метании?	Положение туловища,	Научиться правильно принимать положение туловища и руки при
----	--	--------------------------	---	---------------------	--

		метании мяча в цель. Игра «Кто дальше выбьет кеглю» (решение частных задач)	Цель: научить принимать правильное положение корпуса тела и руки при метании в цель	положение мяча в руке	метании в цель
26		История создания современных Олимпийских игр (обобщение и систематизация знаний)	Что известно об истории современных Олимпийских игр? Цель: познакомить с историей и атрибутикой Олимпийских игр	Олимпийские игры, атрибутика – эмблема, флаг, гимн	Знать историю современных Олимпийских игр, олимпийскую атрибутику, олимпийские виды спорта, отечественных чемпионов Олимпийских игр

27	<p>Ведение мяча по прямой внешней частью стопы. Подвижная игра «Отними мяч» (решение частных задач)</p>	<p>Какие известны правила ведения мяча в мини-футболе? Цель: научить выполнению ведения мяча внешней частью стопы</p>	<p>Внешняя часть стопы, правила игры «Отними мяч»</p>	<p>Научиться правильно выполнять ведение мяча внешней частью стопы</p>
28	<p>Развитие координации и прыгучести (прыжки вверх на горку из гимнастических матов и вниз. Подвижная игра – «Волк во рву» (решение частных задач)</p>	<p>Как прыгать вверх и вниз? Цель: научить прыжкам на возвышенность и вниз</p>	<p>Прыжки вверх и вниз. Правила игры «Волк во рву»</p>	<p>Научиться правильно прыгать вверх, соблюдая технику безопасности</p>
29	<p>Развитие гибкости и координации в упражнениях с большими мячами (решение частных задач)</p>	<p>Как выполнять упражнения с большими мячами? Цель: научить выполнению упражнений с мячами для развития гибкости и координации</p>	<p>Большие мячи – утяжеленные (2 кг). Соблюдение правил техники безопасности</p>	<p>Научиться правильно выполнять упражнения с тяжелыми мячами для развития гибкости и координации, соблюдать правила техники безопасности</p>
30	<p>Передача мяча в движении и остановка (решение частных задач)</p>	<p>Как выполнить передачу мяча щечкой и остановку подошвой? Цели: учить ведению мяча внутренней и внешней частью стопы; закрепить навык остановки мяча подошвой</p>	<p>Движение мяча и передача в движении напарнику</p>	<p>Научиться выполнять передачу в движении и принимая передачу, остановить мяч</p>

31	Техника безопасности занятий по лыжной подготовке (<i>постановка учебной задачи, поиск ее решения</i>)	Какие правила безопасности должны соблюдать на занятиях по лыжной подготовке? Цель: формировать знания о правилах поведения и техники безопасности при занятиях лыжной подготовкой	Техника безопасности на лыжах, лыжный инвентарь, температурный режим	Знать и соблюдать правила техники безопасности по лыжной подготовке, температурный режим, лыжный инвентарь
32	Удар по катящемуся мячу справа и слева (<i>решение частных задач</i>)	Как выполнять удары по мячу? Цель: научить технике ударов по мячу справа и слева	Техника ударов по мячу	Научиться правильному выполнению ударов по мячу правой и левой ногой
33	Переход на лыжный стадион, перенос лыж. Одевание лыжных ботинок в крепления (<i>решение частных задач</i>)	Как переносят лыжи, вставляют ботинки в крепления? Цель: научить правильному переносу лыж, одеванию ботинок в крепления и подготовке лыжни	Перенос лыж, лыжные ботинки, крепления для ботинок, лыжня	Научиться правильно переносить лыжи, обувать ботинки и прорезать лыжню
34	Прокат на одной лыже. Падение на лыжах и подъем. Подвижная игра «Кто быстрее оденет и снимет лыжи»	Как катить на одной лыже? Цель: научить прокату на одной лыже, падению и подъему на лыжи	Прокат, падение и подъем на лыжах	Научиться катить на одной лыже, падать и вставать на лыжи
35	Ведение мяча правой и левой ногой по прямой. Подвижная игра «Обмани противника» (<i>решение частных задач</i>)	Как выполнять ведение мяча обеими ногами поочередно? Цель: научить правильному ведению мяча правой и левой ногой	Ведение правой и левой ногой внутренней и внешней частью стопы	Научиться правильному ведению мяча по прямой
36	Лыжная подготовка – скольжение	Как правильно ставить лыжи при одноопорном	Одноопорное скольжение, прокат	Научиться прокату на одной лыже, удержанию туловища в этом

		на одной лыжи (решение частных задач)	скольжении? Цель: научить правильной постановке лыжи и скольжению на одной лыже	на одной лыже	положении
37		Лыжная подготовка – передвижение на лыжах с поворотами, стойка на спусках (решение частных задач)	Как правильно поворачивать на лыжах? Какая основная стойка на лыжах? Цель: научить правильному повороту переступанием по кругу на месте; помочь освоить основную стойку на спуске	Поворот по кругу переступанием, основная стойка на спусках	Научиться выполнять повороты переступанием по кругу на месте, сохранять равновесие на спусках
38		Ведение внутренней и внешней частью стопы, развитие координации (решение частных задач)	Почему важно правильно выполнять упражнение во время ведения? Цель: научить выполнять правильно ведение мяча стопой	Внутренняя и внешняя часть стопы. Координация движения	Научиться принимать исходное положение стопы при ведении мяча внутренней и внешней сторонами
39		Прокат на одной лыже и подъем способом «лестница» (решение частных задач)	Как добиться устойчивого положения в прокате на одной лыже? Цель: научить прокату на одной лыже, уд-линяя скольжение, правильно ставить лыжи на ребро при подъеме в гору	Длинный прокат, ребро лыжи, положение туловища	Научиться удерживать прокат на лыже до 2–3 м; удерживать лыжу на ребре при подъеме в гору
40		Передвижение на лыжах с поворотом. Спуск в основной стойке (решение частных задач)	Как выполнить поворот при передвижении на лыжах? Цель: научить правильному повороту вправо и влево при прокате на лыжах; закрепить навык спуска в основной стойке	Поворот переступанием вправо и влево при движении	Научиться переступанию на лыжах во время движения на лыжах, сохранять основную стойку при спуске, взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения упражнений. соблюдать правила безопасности

41		Выполнение ударов после остановки	Как правильно выполнить удар по мячу? Цель: научить правильно выполнять удар по мячу подъемом стопы	Подъем стопы, подведение стопы под мяч	Научиться правильно выполнять удар подъемом стопы по неподвижному мячу
42		Длинный прокат на толчковой ноге до 3–4 м. Развитие устойчивости при одноопорном скольжении <i>(решение частных задач)</i>	Как удерживать туловище в равновесии при смене лыж? Цель: научить длинному прокату на одной лыже – одноопорному скольжению	Одноопорное скольжение, равновесие при скольжении, длинный прокат	
43		Согласованное движение рук и ног при одноопорном скольжении <i>(решение частных задач)</i>	Как поддерживать ритмику поочередного движения рук и ног? Цель: научить сочетанию рук и ног в движении скользящего шага	Ритмика движения, согласованность движения	Научиться сочетанию движения левой ноги и правой руки
44		Выполнение ударов после ведения мяча. Удары в цели (игра на развитие глазомера) <i>(решение частных задач)</i>	Как выполнять удары по мячу во время ведения? Цель: научить правильному удару по мячу, используя ориентиры	Удар по катящемуся мячу, ориентиры для отработки ударов	Научиться правильной постановке стопы для выполнения ударов по мячу
45		Прокат в скольжении на одной лыже. Подвижная игра «Пятнашки на лыжах» <i>(решение частных задач)</i>	Как удержаться как можно дольше в прокате на одной лыже? Цель: научить длинному прокату на одной лыже	Длинный прокат на одной лыже. Правила игры «Пятнашки»	Научиться умению выполнять длинный прокат на одной лыже
46		Закрепление навыка скользящего шага	Какова должна быть подготовленность к выполнению	Встречная эстафета. Скользящий шаг	Научиться правильно выполнять скольжение, применять умение

		(техника скольжения). Встречная эстафета на лыжах (обобщение и систематизация знаний)	скользящего шага? Цель: проверить умение выполнять скользящий шаг		оценивать и объяснять уровень выполнения данного приема, соотносить результат с эталоном
47		Удары по воротам на точность. Игра «Повтори за мной» (решение частных задач)	Как правильно и точно ударить мяч? Цель: научить точному попаданию в ориентир, цель	Точность попадания, ориентир, цель	Научиться правильно и точно попадать в цель, в ворота
48		Ведение мяча правой и левой ногами поочередно по прямой (решение частных задач)	Как правильно вести мяч? Цель: научить вести мяч поочередно правой и левой ногами	Ведение мяча ногами поочередно	Научиться правильно вести мяч правой и левой ногой по прямой
49		Встречные эстафеты по прямой с предметами (решение частных задач)	Цель: научить правильному чередованию движений ног и рук во время эстафеты и точной передаче эстафеты рукой	Передача эстафеты рукой	Научиться правильно выполнять скользящий шаг на скорости, ловка, быстро и четко передавать эстафету рукой
50		Упражнения в равновесии, комплекс упражнений на полу (решение частных задач)	Как правильно выполнять упражнения на полу для сохранения равновесия? Цель: научить правильной осанке, правильному положению рук и уверенным действиям	Равновесие, осанка, положение рук	Научиться выполнять все упражнения четко и уверенно, составлять комбинации из числа разученных упражнений и выполнять их
51		Развитие осанки, повторение строевых приемов (размыкание, перестроение, смыкание),	Как следить за выполнением физических упражнений в домашних условиях? Цель: научить выполнять и контролировать все разученные упражнения	Формирование знаний о пользе занятий физкультурой и спортом	Научиться контролировать выполнение упражнений самостоятельно, применять физические упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей

		формирование знаний о пользе ежедневных занятиях физкультурой (решение частных задач)	самостоятельно, соблюдать правила безопасности		
52		Развитие ловкости и координации в подвижных играх (быстрые и ловкие, внимательные и меткие) (решение частных задач)	Какие упражнения на развитие ловкости и координации рекомендуете выполнять своим товарищам? Цель: научить выполнять упражнения на быстроту движений в групповых занятиях	Групповые занятия, командные эстафеты	Научиться выполнять упражнения в групповых эстафетах, соблюдая правила игры, закреплять в играх навыки бега и прыжков, скоростно-силовые и координационные способности
53		Развитие быстроты и ловкости в подвижных играх с баскетбольными мячами (решение частных задач)	Как развивать быстроту движений? Цель: научить выполнять упражнения с баскетбольными мячами в групповой игре «Мяч капитану», в эстафетах	Групповые игры с баскетбольными мячами	Научиться передавать мяч своему игроку, освобождаться от противника, закреплять в играх навыки бега и прыжков, скоростно-силовые и координационные способности
54		Легкая атлетика – прыжки в высоту с места, с одного шага. Прыжки на возвышенность (решение частных задач)	Как правильно выполнять толчок в прыжке с места и с одного шага? Цель: научить правильно толчку в прыжке в высоту применению прыжковых упражнений для развития скоростно-силовых и координационных способностей	Толчок в прыжке, толчковая нога	Научиться выполнять правильно толчок в прыжке в высоту, правильно оценивать свое самочувствие и контролировать, как организм справляется с физическими нагрузками

55	Развитие быстроты мышления в подвижных играх. «Мяч капитану», «Борьба за мяч» (обобщение и систематизация знаний)	Как правильно выполнять упражнения в играх для достижения хорошего результата? Цель: научить ориентироваться в пространстве, выполняя элементы с мячом	Ориентация в пространстве	Научиться выполнять командные действия в подвижных играх, освоить технические приемы и творческие элементы игры
56	Легкая атлетика – развитие прыгучести	Как правильно выполнять прыжки через препятствия?	Прыжки из положения полу-приседа, препятствия	Научиться отталкиваться во время прыжков в высоту, с места и одного шага
57	Легкая атлетика – развитие силы и быстроты движения верхнего плечевого пояса и глазомера (решение частных задач)	Как выполнять упражнения в метании мяча на дальность отскока от стены? Цель: научить метанию мяча в стену на дальность отскока и прокату м/мяча по прямой	Метание мяча на отскок от стены. Прокат мяча по прямой	Научиться правильно выполнять метание мяча в стену, соблюдая угол вылета и технику движений рук и туловища; выполнять прокаты мячей по прямой линии
58	Развитие быстроты в занятиях по легкой атлетике. Бег с форой, челночный бег, бег с горы (решение частных задач)	Как развивать быстроту в беге на короткие дистанции? Цель: научить набору скорости в беге на короткие дистанции	Набор скорости, фора в беге	Научиться быстро набирать скорость со старта
59	Развитие координации и скорости мышления во встречных эстафетах. «Переправа», «Кто раньше»	Как правильно выполнять упражнения на скорости? Цель: научить четкой, ловкой и динамичной передаче эстафеты, не снижая скорости бега	Скорость мышления, игра «Кто раньше»	Научиться поддерживать скорость при передаче эстафеты и следить за правильным выполнением упражнения
60	Легкая атлетика – развитие	Как развивать выносливость в беге?	Развитие выносливости в	Научиться бегать в равномерном темпе при правильном дыхании

		выносливости в беге на длинные дистанции <i>(решение частных задач)</i>	Цель: научить бегу в медленном темпе (кросс по местности), обращая внимание на правильное дыхание	кроссе	
61		Метание мяча в легкой атлетике, развитие скорости. Игра «Мяч не теряй» <i>(решение частных задач)</i>	Кто объяснит технику метания мяча с места и с 1 шага? Цель: научить технике метания с места на три счета	Техника метания	Научиться правильно выполнять исходное положение в метании с места и выполнять упражнение на три счета
62		Развитие быстроты в беге на короткие дистанции. «Встречные эстафеты» <i>(решение частных задач)</i>	Как развивать скорость в беге? Цель: научить поддерживать набранную скорость по дистанции	Поддержание набранной скорости	Научиться набирать скорость с высокого старта и поддерживать ее на дистанции
63		Легкая атлетика – развитие прыгучести и развитие силы ног в прыжках. Игра «Кенгуру» <i>(решение частных задач)</i>	Как правильно выполнять прыжки многоскоки, акцентируя положение на толчке стопой? Цель: научить правильной постановке ноги для толчка	Толчок стопой в прыжке. Игра «Кенгуру»	Научиться правильно выполнять толчок в прыжке с постановкой стопы
64		Легкая атлетика. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции. Развитие силы в упражнениях с набивными мячами <i>(решение частных задач)</i>	Как распределять силы в беге? Цель: научить правильному дыханию во время бега на длинную дистанцию	Правильное дыхание. Распределение силы в беге	Научиться правильно дышать и распределять свои силы в беге
65		Легкая атлетика – метание мяча с места с поворотом.	Как технически правильно выполнять метание с места? Цель: учить технике поворота	Метание с поворотом корпуса	Научиться правильно выполнять поворот корпуса при метании с фиксацией руки и кисти в конечной

		Игра «Мяч соседу» (решение частных задач)	корпуса в метании мяча на дальность		фазе метания
66		Легкая атлетика – бег. Эстафета 4–50 м. Силовые упражнения с мячами (решение частных задач)	Как передавать эстафету в быстром беге? Цель: закрепить навык передачи эстафеты в беге	Передача эстафеты	Научиться передавать эстафету в быстром беге
67		Сравнительная характеристика подготовленности ученика. Тестовые упражнения – бег 30 м, подтягивание и отжимание (контроль знаний)	Что нужно для того, чтобы успешно выполнить тестовые упражнения? Цель: проверить физическую подготовленность учащихся за учебный год	Физическая подготовленность учащихся	Научиться проявлять (демонстрировать уровень) физическую подготовленность на конец учебного года
68		Сравнительная характеристика подготовленности ученика. Тестовые упражнения – челночный бег, прыжки в длину с места (контроль знаний)	Что нужно для того, чтобы успешно выполнить тестовые упражнения? Цель: проверить физическую подготовленность учащихся за учебный год	Физическая подготовленность учащихся	Научиться проявлять (демонстрировать уровень) физическую подготовленность на конец учебного года