Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 230
с углубленным изучением химии и биологии
Фрунзенского района Санкт-Петербурга192238, г. Санкт-Петербург, ул. Пражская, д. 25, лит. А
телефон-факс: 269-89-02; 417-30-46; 417-30-48
e-mail: school230@gmail.com сайт: school230.ru
ОКПО 53306805; ОКОГУ 23280; ОГРН 1027807991331
ИНН/КПП 7816164158/781601001

Принято
Педагогическим советом
Протокол от 31.08.2021 №1

Утверждено
Приказ от 31.08.2021 № 30/1-од
Директор ГБОУ СОШ № 230
_____ А.В.Пейчева

Рабочая программа

Физическая культура

2ые классы

2021-2022 учебный год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
1B34015A346B7CDE4EB7D5A00904895005388F2F
Владелец: Пейчева Алла Васильевна
Действителен: с 15.07.2020 до 15.10.2021

Санкт – Петербург
2021

Статус документа

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.;Просвещение,2012г), в соответствии с Федеральным компонентом Государственного стандарта. Программа соответствует основной образовательной программе и учебному плану ГБОУ СОШ №230.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта и дает примерное распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения разделов физической культуры с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, представления учебного материала, возрастных особенностей обучающихся.

Нормативная база

Рабочая программа по физической культуре для 2 классов составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (с изменениями и дополнениями) (далее – ФГОС НОО);
- Распоряжение Комитета по образованию от 16.04.2020 № 988-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»;
- Распоряжение Комитета по образованию от 09.04.2021 № 997-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год»;
- Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254;
- Перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699.
- Основная образовательная программа начального общего образования на 2021/2022 учебный год;
- Учебный план ГБОУ СОШ № 230 на 2021/2022 учебный год;

- Календарный учебный график ГБОУ СОШ № 230 на 2021/2022 учебный год;
- Положение о рабочей программе ГБОУ СОШ № 230;
- Примерная программа по физической культуре для 1-4-х классов, автор программы В.И. Лях.

Цели и задачи обучения физической культуре

Целью изучения предмета физической культуры в начальной школе является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели рабочей программы по физической культуре связана с решением следующих **задач:**

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- овладение школой движений;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
- выработку представлений об основных видах спорта, снаряжении и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общая характеристика учебного предмета

При создании программы по предмету «Физическая культура» для **2 классов** учитываются потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы

здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. 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.

Данная программа в своём **предметном содержании** направлена на:

- реализацию принципов вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями обучающихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса, региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения.
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности обучающихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в поэтапном его освоении, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих на целостное формирование мировоззрения обучающихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровитель6ного эффекта, достигаемого в ходе использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно- оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Структура и содержание рабочей программы

Содержание учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе **направлено** на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни. В процессе освоения курса у обучающихся начальной школы формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001) **основой образования** по физической культуре является **двигательная (физкультурная) деятельность**, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В соответствии со структурой двигательной деятельности программа включает в себя три учебных раздела:

1. «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности) соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека: знания о природе, знания о человеке, знания об обществе.
2. «Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Этот раздел содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.
3. «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: «Гимнастика с основами акробатики», «Лёгкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В программе 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 баскетболу и кроссовой подготовке. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. **Во 2 классах лыжная подготовка заменяется лёгкой атлетикой и кроссовой подготовкой. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков.**

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание обучающихся. Оценивание обучающихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков. Обучающиеся, освобождённые от уроков физкультуры после болезни, получают на уроках задания по теории (опросы, тесты) в соответствии с материалами учебника по физической культуре для 1-4 классов. Этим обучающимся выставляется оценка в журнал по теории.

Место предмета в учебном плане ОУ

Согласно учебному плану ГБОУ СОШ № 230 на изучение физической культуры **во 2 классах** выделяется 102 часа (3 часа в неделю) из федерального компонента. В 2021 – 2022 учебном году 34 учебные недели согласно годовому календарному учебному графику ГБОУ СОШ № 230 на 2021 – 2022 учебный год.

Учебно-методический комплект

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используется **учебник:**
В.И. Лях «Физическая культура 1-4 класс» для общеобразовательных учреждений. М.; Просвещение, 2016г.

Формы организации занятий

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные **уроки** физической культуры, **физкультурно-оздоровительные мероприятия** в режиме учебного дня, **самостоятельные занятия** физическими упражнениями и **внеклассная работа.**

Для более качественного освоения предметного содержания программы уроки физкультуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной **направленностью.** При этом уроки по своим задачам и направленности учебного материала могут планироваться как **комплексные** (с решением нескольких педагогических задач) и как **целевые** (с преимущественным решением одной педагогической задачи).

Результаты освоения содержания предмета

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение обучающимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств обучающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Компетенции выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса. Универсальные компетенции обучающихся на этапе начального образования по физкультуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства при достижении 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.

По завершении обучения во 2 классах по предмету «Физическая культура» должны быть достигнуты определённые **результаты освоения программного материала.**

Предметные результаты:

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстниками при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения занятий;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение жизненно важных двигательных умений и навыков различными способами, в различных условиях.

Метапредметные результаты:

- Характеристика явления, их объективная оценка на основе освоенных знаний;
- Обнаружение ошибок при выполнении учебных задач, отбор способов их исправления;
- Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи, дружбы, толерантности;
- Организация самостоятельной деятельности с учетом требований безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий;
- Анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- Видение красоты движений;
- Управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сдержанность, рассудительность;
- Технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

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 ситуациях;

- Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Планируемые результаты освоения

По окончании 2 класса обучающиеся **должны будут знать или иметь представление:**

- об особенностях зарождения физической культуры, истории зарождения первых Олимпийских игр;
- о способах и особенностях движений и передвижений человека;
- о работе мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов;
- о терминологии разучиваемых упражнений;
- об основах общей и личной гигиены;
- о причинах травматизма на занятиях и правилах ТБ.
-

По окончании 2 класса обучающиеся **будут уметь:**

- составлять и правильно выполнять комплекс утренней гимнастики;
- контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и ЧСС;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий.

По окончании учебного года обучающиеся **2ов** будут **демонстрировать уровень физической подготовленности:**

	Физические способности	Контрольные упражнения (тесты)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (сек)	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6

2.	Координация	Челночный бег 3х10 м (сек)	10,4	10,0- 9,5	9,1	11,2	10,7- 10,1	9,7
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	110	125-145	165	100	125-140	155
4.	Выносливость	Бег 1000 метров	Без учёта времени					
5.	Гибкость	Наклон вперёд	+ 1 см	+3-5см	+ 7,5см	+2 см	6-9 см	+ 12,5см
6.	Силовые	Подтягивание	1 раз	2-3 раза	4 раза	3 раза	6-10 раз	14раз

Распределение учебного времени на различные виды программного материала (сетка часов)

№ п\п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	**Базовая часть**	**76**
1.1.	Основы знаний о физической культуре	**В процессе урока**
1.2	Подвижные игры	**25**
1.3.	Гимнастика с элементами акробатики	**25**
1.4.	Легкоатлетические упражнения	**26**
2.	**Вариативная часть**	**26**
		10

2.1	Кроссовая подготовка	
2.2	Развитие двигательных качеств	**10**
2.3.	Подвижные игры на основе баскетбола	**6**

Итого: 102 часа

Календарно – тематическое планирование

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для обучающихся 2 классов									
№ урока	Тема урока	Количество часов	Тип урока	Планируемые результаты			Вид контроля	Дата	
				Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД		план	факт
1 четверть									

Легкая атлетика 15 часов									
1	**Лёгкая атлетика.** ТБ на уроках л/атлетики Бег в чередовании с ходьбой. Прыжки.	1	Комплексный	**Знать и соблюдать** правила поведения и ТБ. **Осваивать** технику бега в чередовании с ходьбой.	***Коммуникативные:*** взаимодействовать со сверстниками ***Регулятивные:*** планировать действия в соответствии с поставленной задачей. ***Познавательные:*** использовать общие приёмы решений поставленных задач.	Проявлять интерес к учебному материалу.	Текущий		
2	Ходьба. Бег с ускорениями. Прыжки с преодолением препятствий.	1	Комплексный	**Осваивать** технику бега различными способами. **Демонстрировать** бег в эстафетах.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе пробегания эстафет. ***Регулятивные:*** В процессе освоения техники бега устранять характерные ошибки. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи.	Учиться управлять своими эмоциями в соревновательной деятельности.	Текущий		
3	Ходьба и бег. Прыжки в длину с места.	1	Комплексный	**Соблюдать ТБ** при выполнении прыжков. **Учиться** выполнять прыжок в длину с места.	***Коммуникативные:*** уметь взаимодействовать в парах и тройках. ***Регулятивные:*** выявлять и устранять характерные ошибки при выполнении прыжков. ***Познавательные:*** оценивать правильность выполнения учебных задач.	Владение навыками жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки).	Текущий		
4	Ходьба и бег. Прыжки в длину с места. Эстафеты.	1	Комплексный	**Учиться выполнять** бег на скорость в эстафетах **Уметь**	***Коммуникативные:*** уметь объяснять ошибки при выполнении упражнений. ***Регулятивные:*** уметь давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и собственного опыта.	Адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя).	Контрольный		

				пробегать в медленном темпе 200 метров.	***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные способы решения задач.				
5	Ходьба и бег. Прыжки в длину с места.	1	Комплексный	**Проявлять** качества быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений.	***Коммуникативные:*** взаимодействовать со сверстниками в команде. ***Регулятивные:*** вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** осмысливать технику выполнения разучиваемых упражнений.	Проявлять культуру общения и взаимодействия в учебной деятельности.	Текущий		
6	Бег с ускорениями. Прыжки в длину с места. Многоскоки. Челночный бег.	1	Комплексный	**Осваивать** технику бега с ускорениями. **Проявлять** координационные способности. **Осваивать** технику прыжков в длину с места и многоскоков.	***Коммуникативные:*** уметь слушать учителя и формулировать вопросы по технике выполнения упражнений. ***Регулятивные:*** умение планировать собственные действия с учётом техники безопасности. ***Познавательные:*** рассказывать правила проведения соревнований по скоростному бегу.	Владение навыками жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки).	Текущий		
7	Медленный бег. Прыжки в длину с места. Челночный бег.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику прыжков в длину с места на результат.	***Коммуникативные:*** взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники л/атлетических упражнений. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике выполнения прыжка в длину с	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		

				Учиться выполнять челночный бег	места по результату на основе имеющегося опыта. ***Познавательные:*** прыгать в длину с места на результат .				
8	Медленный бег. Челночный бег. Бег 30 метров. Прыжки-многоскоки.	1	Целевой	**Учиться** выполнять прыжки-многоскоки, челночный бег. **Демонстрировать** бег 30 метров.	***Коммуникативные:*** уметь слушать учителя и анализировать двигательные действия. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные способы решения задач в беге на 30 метров.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
9	Медленный бег. Прыжки. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Соблюдать** правила техники безопасности при выполнении полосы препятствий.	***Коммуникативные:*** адекватно воспринимать оценку учителя, анализировать свои двигательные действия. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** уметь объяснять ТБ при выполнении упражнений в полосе препятствий..	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		
10	Медленный бег. Прыжки. Полоса препятствий. Эстафеты.	1	Комплексный	**Осваивать** упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** уметь управлять эмоциями при выполнении эстафетного бега. ***Регулятивные:*** вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** уметь описывать правила бега в эстафетах.	Развивать чувства понимания и сопереживания в совместной деятельности со сверстниками.	Текущий		
11	Бег с ходьбой. Метание мяча. Челночный бег.	1	Комплексный	**Учиться выполнять упражнения в** метании мяча и	***Коммуникативные:*** уметь слушать учителя и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники метания мяча. ***Познавательные:***	Проявлять культуру общения и взаимодействия в учебной деятельности.	Текущий		

				челночном беге.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.				
12	Равномерный бег 200 метров. Метание мяча. Игры.	1	Комплексный	**Демонстрировать** бег 200 метров в равномерном темпе на оценку. **Осваивать** технику метания теннисного мяча с места.	***Коммуникативные:*** взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники л/атлетических упражнений. ***Регулятивные:*** учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуальный темп передвижения. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
13	Ходьба и бег. Метание мяча. Бег с ускорениями.	1	Комплексный	**Учиться** выполнять упражнения в метании мяча с места.	***Коммуникативные:*** уметь слушать учителя, анализировать двигательные действия. ***Регулятивные:*** учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники метания мяча. ***Познавательные:*** описывать технику выполнения бега в равномерном темпе.	Проявлять дисциплинированность и трудолюбие в достижении поставленной цели.	Текущий		
14	Метание мяча. Бег с ходьбой. Прыжки – многоскоки.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику прыжков-многоскоков на оценку. **Учиться выполнять** технику метания мяча с места.	***Коммуникативные:*** адекватно воспринимать оценку учителя. ***Регулятивные:*** учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники метания мяча с места. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные способы решения задач при выполнении прыжков- многоскоков.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		

15	Прыжки-многоскоки. Бег 400 метров в чередовании с ходьбой. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику бега на 400 метров в чередовании с ходьбой, выполнять упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** адекватно воспринимать оценку учителя. ***Регулятивные:*** учиться правильно оценивать своё самочувствие. выбирать индивидуальный темп передвижения. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
Подвижные игры и элементы баскетбола 12 часов.									
16	**Подвижные игры.** Полоса препятствий с лазанием. Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	Комплексный	**Знать и соблюдать** правила поведения и ТБ на уроках подвижных игр. **Осваивать** упражнения в лазании.	***Коммуникативные:*** уметь ставить вопросы по выполнению упражнений, обращаться за помощью, слушать собеседника. ***Регулятивные:*** Целеполагание-формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. ***Познавательные:*** осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений.	Формировать внутреннюю позицию ученика на основе положительного отношения к уроку физкультуры.	Текущий		
17	Подвижные игры с метанием и координацией движений.	1	Комплексный	**Знать и соблюдать** правила поведения и ТБ на уроках подвижных игр.	***Коммуникативные:*** Адекватно воспринимать оценку учителя, анализировать свои двигательные действия. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственную деятельность при выполнении упражнений с учётом требований безопасности. ***Познавательные:*** Осмысление техники	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		

					выполнения разучиваемых упражнений..				
18	Прыжки через скакалки. Подвижные игры с бегом и прыжками. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать умение взаимодействовать** с партнёрами в парах. **Учиться** прыгать через короткую скакалку..	***Коммуникативные:*** формирование позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники прыжков через скакалку. ***Познавательные:*** анализировать двигательные действия и устранять ошибки.	Формировать навыки сотрудничества, оценивать собственные результаты в процессе освоения прыжков через скакалку.	Текущий		
19	Упражнения с набивными мячами. Подвижные игры с элементами б/б.	1	Комплексный	**Демонстрировать умение взаимодействовать** с партнёрами в парах. **Учиться** играть в игры с мячами.	***Коммуникативные:*** уметь ставить вопросы по выполнению упражнений, обращаться за помощью, слушать собеседника. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике передач мяча на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** анализировать двигательные действия и устранять ошибки.	Проявлять навыки сотрудничества, оценивать собственные результаты в упражнениях с мячами.	Текущий		
20	Упражнения с наб/мячами. Подвижные игры с метанием мяча. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Осваивать** передачи и ловлю мяча в играх. Выполнять упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** формирование позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике передач мяча на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Умение максимально проявлять физические способности в играх с метанием мяча.	Текущий		
21	Подвижные игры на развитие координации.	1	Комплексный	**Осваивать** передачи и ловлю мяча в играх. **Играть** в	***Коммуникативные:*** уметь ставить вопросы по выполнению упражнений, обращаться за помощью, слушать собеседника. ***Регулятивные:*** учиться	Владеть правилами организации и проведения игр и эстафет.	Текущий		

				игры на развитие координации.	устранять характерные ошибки в процессе подвижных игр. ***Познавательные:*** анализировать двигательные действия и устранять ошибки.				
22	Полоса препятствий. Подвижные игры на развитие скорости.	1	Комплексный	**Осваивать** подвижные игры с бегом. **Выполнять** упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения упражнений. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике выполнения упражнений в полосе препятствий на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** самостоятельно планировать пути достижения целей в играх.	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленной цели.	Текущий		
23	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	Комплексный	**Осваивать** ловлю и передачи мяча в подвижных играх. **Играть** в игры с ловлей и передачами мяча.	***Коммуникативные:*** уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике ловли и передач мяча на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** ориентироваться в разнообразии способов решения задач в игре.	Владеть правилами организации и проведения игр и эстафет, готовить места занятий с учётом правил техники безопасности.	Текущий		
24	Полоса препятствий. Подвижные игры на развитие координации.	1	Комплексный	**Осваивать** технику ловли и передач мяча в игровой ситуации.	***Коммуникативные:*** вести диалог по основам организации и проведению игр. ***Регулятивные:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений	Контрольный		
II четверть									
25	Полоса	1	Комплексный	**Осваивать**	***Коммуникативные:*** вести диалог по	Умение максимально	Контро		

	препятствий. Подвижные игры на развитие координации.			технику ловли и передач мяча в игровой ситуации.	основам организации и проведению игр. ***Регулятивные:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:*** выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи.	проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений	льный		
26	Подвижные игры на развитие координации.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ловлю и передачи мяча в подвижных играх.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения упражнений. ***Регулятивные:*** давать объективную оценку технике ловли и передач с мячом. ***Познавательные:*** анализировать двигательные действия и устранять ошибки.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений	Контрольный		
27	Полоса препятствий. Подвижные игры.	1	Комплексный	**Демонстрировать** передачи мяча в парах. **Осваивать** передачи и ловли мяча в подвижных играх.	***Коммуникативные:*** формирование позитивного взаимодействия в парах и группах. ***Регулятивные:*** видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:*** ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решения	Формировать навыки сотрудничества в различных игровых ситуациях.	Текущий		
28	Эстафеты и подвижные игры.	1	Комплексный	**Демонстрировать** передачи и ловлю мяча в играх и эстафетах.	***Коммуникативные:*** Уметь анализировать свои двигательные действия. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике выполнения передач и ловли мяча в играх и эстафетах. ***Познавательные:*** Владеть правилами организации игр.	Уметь управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях и условиях.	Текущий		
2 четверть									
Гимнастика с элементами акробатики: 21 час									
29	**Гимнастика с**	1	Комплексный	**Осваивать** универсальные	***Коммуникативные:*** Уметь ставить вопросы по выполнению упражнений,	Формировать внутреннюю позицию ученика на	Текущий		

	элементами акробатики. Строевые упражнения. Кувырки. Стойка на лопатках. Висы. Подтягивание.			умения при выполнении организующих упражнений. **Знать и соблюдать** правила поведения и ТБ на уроках гимнастики.	обращаться за помощью, слушать учителя. ***Регулятивные:*** Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. ***Познавательные:*** Осмысление техники выполнения разучиваемых упражнений. Выполнять кувырки. Знать и уметь оказывать страховку и помощь на уроке.	основе положительного отношения к уроку физкультуры. Готовить места занятий с учётом правил техники безопасности.			
30	Строевые упражнения. Упражнения в висах. Кувырки. Стойка на лопатках с согнутыми ногами.	1	Комплексный	**Выполнять** передвижения по залу. **Осваивать** технику кувырков в сторону, упражнений в висах на перекладине, .стойки на лопатках с согнутыми ногами.	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль при выполнении и разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** Анализировать двигательные действия и устранять ошибки при выполнении акробатических упражнений и упражнений в висах. ***Познавательные:*** Овладевать знаниями о роли и значении гимнастических упражнений.	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. Готовить места занятий с учётом правил техники безопасности.	Текущий		
31	Строевые упражнения. Упражнения в висах и упорах. Кувырки. Стойка на лопатках.	1	Комплексный	**Выполнять** передвижения по залу. О**сваивать** технику кувырков в	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Адекватно относиться к замечаниям учителя. ***Регулятивные:*** Видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:***	Формировать навыки сотрудничества в различных ситуациях. Оказывать помощь сверстникам.	Текущий		

				сторону, упражнений в висах на перекладине, стойки на лопатках с согнутыми ногами.	Описывать технику выполнения висов, моста, кувырков, стойки на лопатках. Уметь ставить новые задачи.				
32	Строевые упражнения. Упражнения в висах и упорах. Кувырки. Стойка на лопатках. Танцевальные упражнения.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику группировок и перекатов. **Осваивать** технику стойки на лопатках , упражнений в висе, танцевальных упражнений.	***Коммуникативные:*** Уметь вести дискуссию со сверстниками при разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и опыта. ***Познавательные:*** Овладевать системой знаний по истории олимпийского движения.	Проявлять дисциплинированность. трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий		
33	Строевые упражнения. Кувырки. Стойка на лопатках. Подтягивание. Полоса препятствий.		Комплексный	**Выполнять** строевые упражнения. **Осваивать** технику перекатов и кувырков в сторону и вперёд.	***Коммуникативные:*** Инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью. Слушать собеседника. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и опыта. ***Познавательные:*** Овладевать умениями выполнять комплексы ОРУ самостоятельно.	Уметь максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Текущий		

34	Кувырки. Стойка на лопатках-зачёт. Подтягивание. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Осваивать** технику кувырков вперёд. **Осваивать** технику акробатических упражнений в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. ***Регулятивные:*** Видеть ошибки при выполнении упражнений и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:*** Описывать технику подтягивания в висе на перекладине. Понимать значение силовых упражнений.	Владеть знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и подготовленности о соответствии их возрастно-половым нормативам.	Текущий		
35	Кувырки-зачёт. Подтягивание. Висы и упоры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** стойку на лопатках с согнутыми ногами на оценку. **Осваивать** технику подтягивания в висе на низкой перекладине. **Выполнять** упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Адекватно относиться к замечаниям учителя. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Описывать технику стойки на лопатках. Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Раскрывать значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Умение её длительно сохранять при передвижениях.	Контрольный		
36	Подтягивание на низкой перекладине - зачёт. Полоса	1	Комплексный	**Использовать** ранее разученные упр-я на развитие	***Коммуникативные:*** Обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Владеть средствами рефлексии (анализа)	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений лазания,	Контрольный		

	препятствий.			силы. **Демонстрировать** кувырки вперёд и перекаты в полосе препятствий.	деятельности. ***Познавательные:*** Учиться владеть умениями в выполнении прикладных упражнений.	перелезания различными способами и в различных внешних условиях.			
37	Лазание по г/скамейкам. Упражнения в равновесии. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику подтягивания на низкой перекладине. **Выполнять** простейшие акробатические упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Освоение умения оказывать первую медицинскую помощь при лёгких травмах. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и опыта. ***Познавательные:*** Ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решений.	Владение умением достаточно полно и точно формулировать цели и задачи занятий совместно с другими детьми.	Контрольный		
38	Лазание. Упражнения в равновесии.	1	Комплексный	**Осваивать** технику лазания по г/скамейкам и упражнений в равновесии.	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** Уметь оценивать результат своей деятельности. Владеть средствами саморегуляции. ***Познавательные:*** Описывать технику упражнений в равновесии. Знать и соблюдать правила ТБ.	Оказывать помощь и взаимопомощь при выполнении упражнений.	Текущий		
39	Лазание. Упражнения в равновесии.	1	Комплексный	**Осваивать** технику лазания по скамейкам.	***Коммуникативные:*** Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		

				Осваивать технику упражнений в равновесии.	результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Знать правила соревнований по гимнастике.				
40	Лазание. Упражнения в равновесии. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ на г/скамейках и упражнения в равновесии. **Осваивать** лазание по скамейкам различными способами.	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Адекватно относиться к замечаниям учителя. ***Регулятивные:*** Организовывать учебное сотрудничество. Выявлять ошибки и исправлять их с помощью учителя.. ***Познавательные:*** Ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решений.	Оказывать помощь и взаимопомощь при выполнении упражнений.	Текущий		
41	Лазание. Упражнения в равновесии. Полоса препятствий. Танцевальные упражнения.	1	Комплексный	**Чётко выполнять** организующие команды и приёмы. **Демонстрирова** Танцевальные упражнения.**ть** ОРУ на г/стенке, технику перелезания и упражнения в равновесии в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Адекватно относиться к замечаниям учителя. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и опыта. ***Познавательные:*** Овладеть знаниями о значении дыхательной гимнастики.	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений преодоление препятствий различными способами и в различных внешних условиях.	Текущий		

42	Лазание. Упражнения в равновесии. Танцевальные упражнения.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ с гимнастическими палками. **Чётко** выполнять строевые упражнения. **Демонстрировать** упражнения в равновесии и танцевальные упражнения.	***Коммуникативные:*** Освоение умения оказывать первую медицинскую помощь при лёгких травмах.. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Овладеть гимнастикой для глаз.	Раскрывать значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Умение её длительно сохранять при передвижениях.	Текущий		
43	Упражнения в равновесии. Лазание и перелезание. Танцевальные упражнения.	1	Комплексный	**Демонстрировать** лазание и перелезания, упражнения в равновесии, танцевальные упражнения.	***Коммуникативные:*** Ведение диалога в доброжелательной и открытой форме. Проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения. ***Регулятивные:*** Организовывать учебное сотрудничество. Выявлять ошибки и исправлять их с помощью учителя. ***Познавательные:*** Добросовестное выполнение учебных заданий. Осознанное стремление к освоению новых знаний.	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений – преодоление препятствий. Уметь максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
44	Кувырки. Равновесие на бревне. Висы и упоры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** упражнения и прыжки через скакалку, танцевальные упражнения.	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль при выполнении и разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** Уметь оценивать результат своей деятельности. Владеть средствами саморегуляции. ***Познавательные:*** Ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решений.	Владеть навыками удержания равновесия. Преодолевать чувство страха при выполнении гимнастических упражнений.	Контрольный		
45	Кувырки.	1	Компле	**Демонстрирова**	***Коммуникативные:*** Умение управлять	Умение не создавать	Текущий		

	Равновесие на бревне. Висы и упоры. Полоса препятствий.		ксный	**ть** упражнения в равновесии на низком бревне, перекаты, кувырки в полосе препятствий.	эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственную деятельность распределять нагрузку и отдых. ***Познавательные:*** Способность осуществлять судейство игр и соревнований.	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.			
46	Кувырки. Стойка на лопатках. Висы и упоры. Равновесие на бревне.	1	Комплексный	**Осваивать** технику подтягивания в висе на высокой и низкой перекладине и упражнений в равновесии на низком бревне. **Соблюдать ТБ** при выполнении упражнений в висах и упорах.	***Коммуникативные:*** Позитивно взаимодействовать со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Расширять знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.	Оказывать помощь и взаимопомощь при выполнении упражнений.	Текущий		
47	Акробатические упражнения. Подтягивание. Равновесие на бревне. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ранее изученные навыки в гимнастической полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственную деятельность распределять нагрузку и отдых. ***Познавательные:*** Способность осуществлять судейство игр и соревнований.	Умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций. Уметь максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
48	Подтягивание.	1	Компле	**Демонстрирова**	***Коммуникативные:*** Уметь	Формулировать и	Контро		

	Полоса препятствий.		ксный	**ть** технику ранее изученных упражнений в полосе препятствий.	договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственную деятельность с учётом требований безопасности. ***Познавательные:*** Учиться владеть умениями в выполнении прикладных упражнений.	отстаивать собственное мнение.	льный		
					III четверть				
49	ТБ. Кроссовый бег 3 минуты. Развитие выносливости. Игры. .	1	Комплексный	**Чётко выполнять** организующие команды и приёмы. **Демонстрировать** ранее изученные упражнения в полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Находить компромиссы при принятии общих решений. ***Регулятивные:*** Организовывать учебное сотрудничество. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий		
					Кроссовая подготовка 4 часа				
50	Круговая тренировка на развитие двигательных качеств. Эстафеты.	1	Комплексный	**Осваивать** технику бега на длинные дистанции. **Уметь** бегать в равномерном темпе до 2 минут.	***Коммуникативные:*** Устанавливать рабочие отношения, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуально темп передвижения. ***Познавательные:*** Описывать технику бега на средние дистанции.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств.	Текущий		

				Выполнять беговые упражнения.					
51	Повторный бег. Развитие скорости. Игры.	1	Комплексный	**Демонстрировать** упражнения на развитие силы рук и ног в круговой тренировке.	***Коммуникативные:*** Обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группах. ***Регулятивные:*** Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** Давать определение понятия «круговая тренировка».	Развитие этических чувств: доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Текущий		
52	Встречные и круговые эстафеты.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ с наб/мячами. **Уметь** пробегать 20 м х 3раза с отдыхом 1-2 минуты.	***Коммуникативные:*** Устанавливать рабочие отношения со сверстниками. ***Регулятивные:*** Осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к самокоррекции. ***Познавательные:*** Давать определение скоростным качествам человека.	Ориентироваться в системе моральных норм и ценностей. Быть готовым и способным их выполнять.	Контрольный		
53	**Подвижные игры с элементами баскетбола.** Ловля и передачи б/б мяча. Стойки баскетболиста	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ на г/скамейках. **Уметь** пробегать короткие отрезки в эстафетах.	***Коммуникативные:*** Осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра. ***Регулятивные:*** Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. ***Познавательные:*** Давать определение общей выносливости.	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		
Элементы баскетбола 3 часа									
54	Ловля и передачи б/б мяча. Стойки	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ на	***Коммуникативные:*** Уметь управлять своими эмоциями при общении со	Проявлять дисциплинированность.	Текущий		

	баскетболиста. Ведение мяча			г/стенке. **Уметь** ловить и передавать мяч партнёру. Осваивать стойки баскетболиста.	сверстниками. ***Регулятивные:*** Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами. ***Познавательные:*** Формулировать правила баскетбола.	трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.			
55	Ловля и передачи б/б мяча. Стойки баскетболиста. Ведение мяча.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ с гантелями. **Демонстрировать** ловлю, передачи и ведение мяча стоя на месте.	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Оценивать свое состояние при выполнении упражнений на выносливость. ***Познавательные:*** Рассказывать правила ТБ при ведении мяча в баскетболе.	Оказывать помощь сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий		
56	ТБ. Кроссовый бег 6 минут. Игры. Развитие выносливости.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ со скакалками. **Уметь** прыгать через скакалку. **Выполнять** упр-я на развитие ловкости с мячами.	***Коммуникативные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуально темп передвижения. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Давать определение прыгучести и её развития.	Развитие чувств понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Контрольный		
Кроссовая подготовка 3 часа									
57	Круговая тренировка.	1	Комплексный	**Демонстрировать** 2 минутный бег в	***Коммуникативные:*** Добывать недостающую информацию, слушать и слышать учителя. ***Регулятивные:***	Проявлять положительное отношение к занятиям	Текущий		

				чередовании с ходьбой, ловлю и передачи мяча на месте.	Определять новый уровень отношений к самому себе как к субъекту деятельности. ***Познавательные:*** Осмысление техники выполнения заданий и упражнений.	физической культурой.			
58	Повторный бег.	1	Комплексный	**Демонстрировать** выполнение ОРУ в движении. **Уметь** выполнять упражнения в круговой тренировке.	***Коммуникативные:*** Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации. ***Регулятивные:*** Умение правильно оценивать своё самочувствие, выбирая индивидуальный темп передвижения. ***Познавательные:*** Рассказывать правила соревнований по л/атлетике в беговых дисциплинах.	Проявлять активность включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия.	Текущий		
59	Бег. Прыжки. Эстафеты. Подвижные игры.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упражнения с набивными мячами. **Уметь** пробегать отрезки несколько раз.	***Коммуникативные:*** Уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** Знать правила игр на развитие скоростных способностей и уметь их рассказывать.	Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха.	Текущий		
Подвижные игры 3 часа									
60	Подвижные игры на развитие координации.	1	Комплексный	**Осваивать** правила подвижных игр. **Демонстриро-**	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Адекватно относиться к замечаниям учителя. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё	Умение максимально проявлять скоростные качества в подвижных играх.	Текущий		

				вать умение выполнять упр-я на г/скамейках.	самочувствие, выбирать индивидуально темп передвижения. ***Познавательные:*** Знать правила игр на развитие скоростных способностей и уметь их рассказывать.				
61	Подвижные игры, эстафеты встречные и круговые.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я у г/стенки. **Развивать** посредством подвижных игр физические качества – координацию.	***Коммуникативные:*** Уметь работать в группах, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров, видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя.. ***Познавательные:*** Осмысление техники выполнения разученных упражнений на развитие физических качеств в рамках игр.	Проявлять готовность к саморазвитию и самообразованию	Текущий		
62	ТБ. Кроссовый бег до 6 минут. Прыжки через скакалку за 1 минуту – зачёт. Развитие выносливости.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я с гантелями 1 кг. **Пробегать** отрезки в круговых и встречных эстафетах.	***Коммуникативные:*** Добывать недостающую информацию, слушать и слышать учителя. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуально темп передвижения. ***Познавательные:*** Формулировать понятие – скоростная выносливость.	Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья.	Текущий		
Кроссовая подготовка 3 часа									
63	Круговая тренировка. Игры. Развитие физических качеств	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение прыгать через скакалку за 1	***Коммуникативные:*** Умение работать в парах, вести диалог со сверстниками. ***Регулятивные:*** Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её	Умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		

				минуту на результат. **Уметь** пробегать дистанции до 300 метров.	решения. ***Познавательные:*** Формулировать понятие соревновательной деятельности.				
64	Повторный бег. Развитие двигательных качеств.	1	Комплексный	**Демонстрировать** упражнения общеразвивающей направленности в движении. **Уметь** самостоятельно выполнять упражнения в круговой тренировке.	***Коммуникативные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Регулятивные:*** Умение самостоятельно планировать пути достижения цели, выбирать способы решения учебных задач. ***Познавательные:*** Владеть знаниями по основам организации и проведения занятий физкультурой.	Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений и применять их в соревновательной деятельности.	Текущий		
65	ТБ. Ведение мяча. Ловля и передачи в парах. Эстафеты.	1	Комплексный	**Уметь** бегать в равномерном темпе до 2 кругов по залу с повторением.	***Коммуникативные:*** Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе выполнения задания. ***Познавательные:*** Формулировать понятие повторного бега.	Умение содержать в порядке спортивную одежду и инвентарь, осуществлять их подготовку к занятиям и соревнованиям.	Текущий		
Элементы баскетбола 3 часа									
66	Ведение мяча. Броски мяча в	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение	***Коммуникативные:*** Уметь работать в группах, устанавливать рабочие	Проявлять готовность к саморазвитию и	Текущий		

	кольцо или щит. Эстафеты.			выполнять упр-я с набивными мячами. **Развивать** ловкость посредством упражнений с мячами.	отношения. ***Регулятивные:*** Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров, видеть ошибки и исправлять их по указанию учителя. ***Познавательные:*** Владение знаниями о способах профилактики травматизма, перенапряжения средствами физической культуры.	самообразованию.			
67	Ведение мяча по прямой правой и левой рукой – зачёт. Броски мяча в кольцо. Эстафеты.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я на г/скамейках. **Демонстрировать** технику ведения мяча на месте.	***Коммуникативные:*** Добывать недостающую информацию, слушать и слышать учителя. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие. ***Познавательные:*** Формулировать понятие - ведение мяча.	Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья.	Текущий		
Гимнастика с элементами акробатики 8 часов									
68	**Гимнастика с элементами акробатики.** Многоскоки. Висы, упоры. Игры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** упражнения с гантелями. **Демонстрировать** скоростно-силовые качества в играх и полосе препятствий.	***Коммуникативные:*** Умение учитывать разные мнения и согласовывать различные позиции. ***Регулятивные:*** Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. ***Познавательные:*** Владение знаниями о способах профилактики травматизма.	Владение умением оценивать ситуацию в соревновательной и игровой деятельности.	Текущий		
69	Кроссовый бег. Акробатика.	1	Комплексный	**Демонстриров**	***Коммуникативные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать	Развитие чувств понимания и	Текущий		

	Висы, упоры. Игры. Полоса препятствий.			**ать** упражнения в висах и упорах, простейшие акробатически е упражнения.	индивидуально темп передвижения. ***Регулятивные:***. Адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. ***Познавательные:*** овладевать знаниями о способах профилактики травматизма.	сопереживания к чувствам других людей.			
70	Висы, упоры. Акробатика. Игры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику упражнений в висах и упорах. **Демонстрировать** ловлю и передачи мяча в играх.	***Коммуникативные:*** Учиться работать самостоятельно и в парах. Адекватно реагировать на замечания учителя. ***Регулятивные:*** Определять новый уровень к самому себе как к субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. ***Познавательные:*** Уметь рассказывать о правилах подтягивания в висе. Знать ТБ на уроках акробатики.	Проявлять положительное отношение к занятиям физической культурой.	Контрольный		
71	Висы, упоры. Акробатика. Игры. Эстафеты. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ранее изученные упражнения в полосе препятствий. Выполнять задания в эстафетах.	***Коммуникативные:*** Умение работать в парах, вести диалог со сверстниками. ***Регулятивные:*** Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. ***Познавательные:*** Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		
72	Висы, упоры. Акробатика. Игры. Эстафеты.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ранее изученные упражнения в	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками во время игровых действий. ***Регулятивные:*** Владеть навыками контроля и оценки своей	Оценивать игровую ситуацию и принимать решения.	Текущий		

	Полоса препятствий.			полосе препятствий.	деятельности. ***Познавательные:*** Анализировать двигательные действия.				
73	Акробатика. Игры. Эстафеты. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** скоростные качества в играх и эстафетах.	***Коммуникативные:*** Умение работать в парах, вести диалог со сверстниками. Адекватно реагировать на замечания учителя. ***Регулятивные:*** Организовывать учебное сотрудничество. ***Познавательные:*** Уметь рассказывать о правилах эстафет.	Проявлять учебно-познавательный интерес к учебному материалу.	Текущий		
74	Висы, упоры. Игры. Акробатика. Прыжки. Многоскоки. Эстафеты.	1	Комплексный	**Демонстрировать** изученные упражнения в играх и эстафетах.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками во время игровых действий***. Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательное действие. ***Познавательные:*** Рассказывать правила игр.	Оценивать игровую ситуацию и принимать решения.	Текущий		
75	Игры. Эстафеты.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я с гантелями. **Демонстрировать** скоростные качества в играх и эстафетах	***Коммуникативные:*** Умение работать в парах, вести диалог со сверстниками. Адекватно реагировать на замечания учителя. ***Регулятивные:*** Организовывать учебное сотрудничество. ***Познавательные:*** Уметь применять свои знания в играх.	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		
76	Игры. Эстафеты. Полоса препятствий.	1	Целевой	**Демонстрировать** ОРУ и прыжки со скакалками**.**	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. Адекватно относиться к замечаниям учителя***. Регулятивные:***	Развитие чувств понимания и сопереживания к чувствам других людей.	Текущий		

				Демонстрировать скоростные качества в играх и эстафетах	Давать объективную оценку технике выполнения упражнений. ***Познавательные:*** Владение знаниями о способах профилактики травматизма.				
77	Прыжки. Многоскоки. Игры. Полоса препятствий.	1	Целевой	**Демонстрировать и** играть в различные подвижные игры.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками во время игровых действий. ***Регулятивные:*** Владеть навыками контроля и оценки своей деятельности. ***Познавательные:*** Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Проявлять готовность к саморазвитию и самообразованию	Текущий		
78	Игры. Эстафеты	1	Целевой	**Демонстрировать и** играть в различные подвижные игры.	***Коммуникативные:*** Умение учитывать разные мнения и согласовывать различные позиции. ***Регулятивные:*** Владеть навыками контроля и оценки своей деятельности. ***Познавательные:*** Ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи.	Умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений.	Текущий		
4 четверть									
Подвижные игры и элементы баскетбола: 8 часов									
79	**Подвижные игры.** Ловля и передачи мяча. Игры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** ОРУ с мячами. **Осваивать** технику передач мяча двумя и одной рукой. Играть в подвижные	***Коммуникативные:*** Умение работать в парах, вести диалог со сверстниками, учитывать замечания учителя. ***Регулятивные:*** Осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** Знать и рассказывать правила ТБ при передачах мяча..	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		

				игры с мячами.					
80	Ловля и передачи мяча. Ведение мяча на месте со сменой рук.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я с набивными мячами. **Осваивать** технику ведения мяча на месте со сменой рук.	***Коммуникативные:*** Добывать недостающую информацию, слушать и слышать учителя. ***Регулятивные:*** Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения. ***Познавательные:*** Знать правила устройства баскетбольной площадки и наличие инвентаря.	Проявлять готовность к саморазвитию и самообразованию.	Текущий		
81	Игры. Полоса препятствий. Ловля и передачи мяча.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я у г/стенки. **Осваивать** технику передач и ловли мяча с партнёром.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения упражнений. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике ведения мяча с изменением направления на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** Самостоятельно планировать пути достижения целей.	Оценивать игровую ситуацию и принимать решения.	Текущий		
82	Игры. Полоса препятствий. Ловля и передачи мяча.	1	Комплексный	**Осваивать** ловлю и передачи мяча в игровой обстановке...	***Коммуникативные:*** Уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике броска в кольцо одной рукой от плеча на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	Владеть правилами организации и проведения игр и эстафет, готовить места занятий с учётом правил техники безопасности.	Текущий		

83	Игры. Полоса препятствий. Ловля и передачи мяча.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упражнения в парах с мячами.	***Коммуникативные:*** Формирование позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при выполнении упражнений. ***Регулятивные:***. Давать объективную оценку технике передач мяча в парах. ***Познавательные:*** Ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решений.	Формировать навыки сотрудничества в различных игровых ситуациях.	Текущий		
84	Игры. Полоса препятствий. Ловля и передачи мяча**.**	1	Комплексный	**Демонстрировать** ловлю и передачи мяча 2-мя руками от груди. **Выполнять** упражнения полосы препятствий.	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку техники ловли и передач мяча от груди в движении. ***Познавательные:*** Анализировать двигательные действия и устранять ошибки.	Оказывать помощь сверстникам, находить с ними общий язык.	Текущий		
85	Игры. Полоса препятствий. Ловля и передачи мяча.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я с набивными мячами. **Играть** в подвижные игры с предметами.	***Коммуникативные:*** Оказывать помощь и взаимопомощь при выполнении упражнений. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Расширять знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.	Оказывать помощь и взаимопомощь при выполнении упражнений.	Контрольный		
86	Игры. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение играть в	***Коммуникативные:*** Формирование позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при	Умение максимально проявлять физические качества при выполнении	Текущий		

				команде.	выполнении упражнений.. ***Регулятивные:*** Давать объективную оценку технике передач мяча в парах одной рукой от плеча. ***Познавательные:*** Ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решений.	тестовых упражнений.			
Лёгкая атлетика: 16 часов									
87	**Лёгкая атлетика.** Длительный бег. Прыжки. Прыжки в высоту.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжка в высоту способом «перешагивание м» с прямого разбега.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения упражнений. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Анализировать двигательные действия и устранять ошибки.	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленной цели.	Текущий		
88	Длительный бег. Прыжки. Прыжки в высоту. Челночный бег.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я у г/стенки. **Осваивать** технику челночного бега. **Осваивать** технику прыжка в высоту «перешагивание м».	***Коммуникативные:*** Уметь слушать учителя и формулировать вопросы по технике выполнения прыжковых упражнений. ***Регулятивные:*** Умение планировать собственные действия с учётом требований безопасности. ***Познавательные:*** Рассказывать правила проведения соревнований по челночному бегу.	Владение навыками жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки).	Текущий		
89	Длительный бег.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжка	***Коммуникативные:*** Уметь слушать учителя, анализировать двигательные	Проявлять дисциплинированность и	Текущий		

	Прыжки. Прыжки в высоту. Челночный бег.			в высоту способом «перешагивани-ем». **Осваивать** технику челночного бега 3х10 метров.	действия. ***Регулятивные:*** Учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники прыжков в высоту. ***Познавательные:*** Рассказывать правила проведения соревнований по прыжкам в высоту.	трудолюбие в достижении поставленной цели.			
90	Длительный бег. Прыжки. Прыжки в высоту. Челночный бег.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжка в высоту способом «перешагивани-ем». **Осваивать** технику челночного бега 3х10 метров.	***Коммуникативные:*** Адекватно воспринимать оценку учителя, анализировать свои двигательные действия. ***Регулятивные:*** Целеполагание- формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. ***Познавательные:*** Владеть информацией о рекордах и выдающихся спортсменах в прыжках в высоту.	Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	Текущий		
91	Прыжки. Прыжки в высоту. Челночный бег – зачёт.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжка в высоту способом «перешагивание м. **Демонстриро-вать** технику челночного бега 3х10 метрона оценку.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники легкоатлетических упражнений. ***Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** Осмысливать технику выполнения разучиваемых упражнений.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		

92	Длительный бег. Прыжки в высоту-зачёт. Скоростной бег.	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику прыжков в высоту на оценку. **Учиться** пробегать отрезки в быстром темпе.	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Самостоятельно планировать пути достижения целей.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		
93	Скоростной бег со старта. Метание мяча.	1	Комплексный	**Демонстрировать** умение выполнять упр-я с набивными мячами. **Осваивать** технику бега со старта и метания мяча с места.	***Коммуникативные:*** Умение управлять эмоциями при выполнении бега со старта. ***Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** Уметь описывать технику метания мяча с места.	Развивать чувства понимания и сопереживания в совместной деятельности со сверстниками.	Текущий		
94	Ускорения со старта. Метание мяча. Полоса препятствий.	1	Комплексный	**Осваивать** технику бега со старта и метания мяча с места.	***Коммуникативные:*** Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. ***Регулятивные:*** Уметь давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя).	Текущий		
95	Прыжки. Многоскоки.	1	Комплексный	**Осваивать** технику	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в команде.	Проявлять культуру общения и	Текущий		

	Ускорения. Метание мяча. Эстафеты..			прыжков-многоскоков и метания мяча с места.	***Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** Осмысливать технику выполнения разучиваемых упражнений.	взаимодействия в соревновательной деятельности.			
96	Прыжки. Многоскоки. Ускорения. Метание мяча. Эстафеты.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжков-многоскоков и метания мяча с места.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе пробегания эстафет. Адекватно воспринимать оценку учителя. ***Регулятивные:*** В процессе освоения техники старта устранять характерные ошибки. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи.	Управлять своими эмоциями в соревновательной деятельности.	Текущий		
97	Прыжки. Метание мяча. Многоскоки.	1	Комплексный	**Демонстрировать** бег 30 метров на результат.	***Коммуникативные:*** Умение управлять эмоциями при выполнении бега со старта. ***Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** Самостоятельно планировать пути достижения целей.	Развивать чувства понимания и сопереживания в совместной деятельности со сверстниками.	Контрольный		
98	Прыжки. Метание мяча – зачёт.	1	Комплексный	**Осваивать** технику прыжков-многоскоков. Демонстрировать технику метания мяча с места на	***Коммуникативные:*** Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности.. ***Регулятивные:*** Контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности. ***Познавательные:*** Самостоятельно планировать пути достижения целей.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений.	Контрольный		

				результат.					
99	Прыжки. Метание Прыжки в длину с места.	1	Комплексный	**Демонстрировать** бег на 400 метров в чередовании с ходьбой. Осваивать прыжки в длину с места.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в команде. ***Регулятивные:*** Вносить необходимые коррективы в двигательные действия. ***Познавательные:*** Осмысливать технику выполнения разучиваемых упражнений.	Проявлять культуру общения и взаимодействия в соревновательной деятельности.	Текущий		
100	Прыжки в длину с места – зачёт. Длительный бег.	1	Комплексный	**Демонстрировать** бег на 400 метров и осваивать прыжки в длину с места.	***Коммуникативные:*** Уметь слушать учителя, анализировать двигательные действия. ***Регулятивные:*** Учиться устранять характерные ошибки в процессе освоения техники прыжков в высоту. ***Познавательные:*** Рассказывать правила проведения соревнований по прыжкам в длину.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений	Контрольный		
101	. Прыжки в длину с места. Бег 300 метров – зачёт.	1	Комплексный	**Демонстрировать** бег на 300 метров на результат. Осваивать прыжки в длину.	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники легкоатлетических упражнений. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуальный темп передвижения.. ***Познавательные:*** Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых упражнений	Контрольный		
102	Прыжки в длину с места. Эстафеты. Игры	1	Комплексный	**Демонстрировать** технику прыжков в длину с места. **Умение** играть	***Коммуникативные:*** Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники легкоатлетических упражнений. ***Регулятивные:*** Учиться правильно оценивать своё самочувствие, выбирать индивидуальный темп в играх.	Умение максимально проявлять физические способности в подвижных играх.	Текущий		

				в подвижные игры.	***Познавательные*** Выбирать наиболее эффективные способы решения задач.				

Список используемой литературы

1. В.И. Ляха, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (М.;Просвещение,2012г)
2. В.И. Ляха, А.А. Зданевич «Рабочие программы 1-11 классы» «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» в соответствии с ФГОС (Волгоград, 2012г)
3. Ю. А. Янсон «Уроки физической культуры в школе». Новые педагогические технологии. (Ростов на Дону Феникс 2005).
4. В.И. Лях «Физическая культура 1-4 класс» (М.; Просвещение, 2013 г.).
5. И.А. Винер «Физическая культура. Гимнастика 1-4 класс» (М.; Просвещение, 2011 г.).
6. С. Стонкус «Мы играем в баскетбол» (М.; Просвещение, 1984 г.).
7. В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий «Методика обучения основным видам движения на уроках физической культуры в школе. (М.; Владос 2004).
8. Ю. Г. Коджаспиров. «Развивающие игры на уроках физической культуры 5-11 класс» (М.; Дрофа 2004).
9. В. А. Лепёшкин «Подвижные игры для детей». (М.; Школьная пресса 2004).
10. С. В. Алексеев «Формирование здоровьесберегающего поведения и укрепление здоровья учащихся. (СПб.; СПбАППО. 2008).
11. Воронов Е.А. «Здоровый образ жизни в современной школе» (Ростов на Дону Феникс 2007).
12. Ашмарин Б. А. «Теория и методика физического воспитания» (М.; Просвещение, 2005 г).
13. Малков Е.А. «Подружись с «королевой спорта» (М.; Просвещение, 1987г).
14. В.С. Родиченко «Твой Олимпийский учебник» (М.; ФиС, 2005).