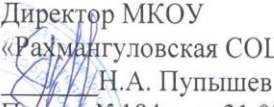


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Рахмангуловская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО:

На школьном методическом
объединении
Протокол №1 от 31.08.2017г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ
«Рахмангуловская СОШ»

Н.А. Пупышев
Приказ №184-а от 31.08.2017г.



Рабочая программа
по физической культуре
1 – 4 класс

Составил :

Хазиев Альберт Хакимьянович

Учитель 1 квалификационной категории

2017 – 2018 гг.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету физическая культура на уровне основного общего образования (начального общего образования) в соответствии ФГОС НОО разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- СанПиН 2.4.2.2883-11 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 июня 2011 г. N 85) зарегистрировано в Минюсте РФ 15 декабря 2011 г., регистрационный N 22637 (в действующей редакции);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373; в ред. приказов от 26 ноября 2010 г. № 1241, от 22 сентября 2011 г. № 2357;
- Приказ № 2357 от 22.09.11 г. «О внесении изменений в ФГОС НОО, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. N 1643 "О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"
- Приказ Министерства образования РФ «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 30.08.2013г. №1015, зарегистрировано в Минюсте России 1 октября 2013 г. № 30067;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. №1577 «О внесении изменений в ФГОС НОО, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009г. №373» (регистрационный №40936);
- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 г. N 78-ОЗ "Об образовании в Свердловской области";
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2014-2015 учебный год, утвержденный

приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 приказ № 253.

- Устав Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Рахмангуловская средняя общеобразовательная школа», утвержден приказом начальника муниципального отдела управления образованием муниципального образования Красноуфимский округ от 28.09.2015г. № 621, зарегистрирован в Межрайонной ИФНС России № 2 Свердловской области (*внесено в ЕГРЮЛ запись ГРН 2156615043084*).
- Основная образовательная программа начального общего образования МКОУ «Рахмангуловская СОШ» (приказ №175 от 31.08.2015 с изменениями) ;
- Примерные программы по предмету;
- Календарный учебный график МКОУ «Рахмангуловская СОШ», утвержденный приказом директора №183 от 31.08.2017г.
- Положение о рабочих программах МКОУ «Рахмангуловская СОШ» (приказ №163 от 30.08.2014 с изменениями).

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Учитывая эти особенности, целью примерной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

- # *укрепление* здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- # *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, ее значении в жизни человека, роли в 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.

Для развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья, от 11 июня 2014 г. № 540, введено «**Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе ГТО**», необходимого для подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и норм Комплекса ГТО.

Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе ГТО определяет структуру и содержание Комплекса ГТО, а также условия организации соревнований по видам испытаний (тестам), входящим в Комплекс ГТО.

Комплекс ГТО является программной и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации, устанавливает государственные требования к физической подготовленности граждан Российской Федерации, включающие виды испытаний (тесты) и нормы, перечень знаний, навыков ведения здорового образа жизни, двигательных умений и навыков.

Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение установленных нормативов населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше), а также участниками физкультурно-спортивных мероприятий, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, программы которых содержат виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс ГТО.

Цель и задачи Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО

Целью внедрения Комплекса ГТО является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, улучшении качества жизни граждан Российской Федерации.

Комплекс ГТО направлен на обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Задачи Комплекса ГТО:

- 1) увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;
- 2) повышение уровня физической подготовленности, продолжительности жизни граждан;
- 3) формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;
- 4) повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;
- 5) модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

Программа обучения по физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно - оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

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

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

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

Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа основного начального образования по физической культуре составлена в соответствии с количеством часов, указанных в Базисном плане образовательных учреждений общего образования. Предмет «Физическая культура» изучается в начальной школе в объёме не менее 405 часов, из них в 1 классе – 99 часов, а 2-4 классы – по 102 часа ежегодно. (В первой четверти в 1 классе уроки проходят в форме ознакомления, динамических пауз, экскурсий, бесед).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Результаты изучения учебного предмета.

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

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися

содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

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

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

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к уровню подготовки учащихся к концу начального обучения

В результате освоения программного материала ученик:

получит знания:

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- об особенностях русских народных игр;
- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о терминологии разучиваемых упражнений;
 - об основах личной гигиены, правилах использования закаливания, рекомендациях по профилактике осанки и укреплению стопы;
- о причинах травматизма на занятиях физкультурой и правилах его предупреждения;

научится:

- составлять и выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток, упражнений на развитие координации, гибкости, на формирование правильной осанки;
- проводить самостоятельно закаливающие процедуры;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях.

Формы и типы контроля, критерии оценивания.

Критерии оценивания по физической культуре являются *качественными и количественными*.

Качественные критерии оценивания успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно – оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии оценивания успеваемости характеризуют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функцию, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не на данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть, за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно – оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура учитываются также показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиями физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

«5»	«4»	«3»	«2»
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы

1. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

«5»	«4»	«3»	«2»
<p>Движение или отдельные элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.</p>	<p>При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок</p>	<p>Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях</p>	<p>Движение или его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.</p>

3. Владение способами и умение осуществлять физкультурно – оздоровительную деятельность

«5»	«4»	«3»	«2»
<p>Учащийся умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> самостоятельно организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и 	<p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств; контролирует 	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов</p>

оценивать итоги	ход выполнения деятельности и оценивает итоги		
-----------------	---	--	--

4. Уровень физической подготовленности учащихся

«5»	«4»	«3»	«2»
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по ФК, высокому приросту у ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа прироста показателей физической подготовленности

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темпы прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки).

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике, лыжной подготовке – путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно – оздоровительную деятельность.

Оценка уровня знаний и умений Комплекса ГТО в области физической культуры и спорта включает проверку знаний и умений по следующим разделам:

- влияние занятий физической культурой на состояние здоровья, повышение умственной и физической работоспособности;
- гигиена занятий физической культурой;
- основные методы контроля физического состояния при занятиях различными физкультурно-оздоровительными системами и видами спорта;
- основы методики самостоятельных занятий;
- основы истории развития физической культуры и спорта;
- овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности.

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

«Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико - биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого - педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко - социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «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. Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки» и «Плавание». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования. При планировании учебного материала настоящей программы допускается для бесснежных районов РФ заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Гимнастика» и «Подвижные игры». В то же время, в отсутствие реальных возможностей для освоения школьниками содержания раздела «Плавание», разрешается заменять его содержание легкоатлетическими и общеразвивающими упражнениями.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно - оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями. Для более качественного освоения предметного содержания настоящей программы рекомендуется уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно - познавательной, образовательно - предметной и образовательно - тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно - познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно - тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно - тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий.

Приобретаемые таким образом знания, умения и навыки должны в последующем закрепляться в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультурминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье. Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры. Для полной реализации содержания настоящей программы по физической культуре руководству школы необходимо постоянно укреплять материально - техническую и учебно - спортивную базу, создавать внутришкольные зоны рекреации и пришкольные комплексные

спортивные площадки, регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления для каждой возрастной группы учащихся.

По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

Содержание курса

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая 1072 - 1082 культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурно - оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно - оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.

Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. *Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост. *Акробатические комбинации.* Например: 1) мост из положения, лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение, лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед. *Упражнения на низкой гимнастической перекладине:* висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис, стоя и обратное движение, через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги. *Опорный прыжок:* с разбега через гимнастического козла. *Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. *Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; *Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. *Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

Плавание.

Подводящие упражнения (беседы, просмотр видеороликов): вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплытие; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. *Проплытие учебных дистанций (при наличии бассейна):* произвольным способом.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Общеразвивающие упражнения.

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи по очереди и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе. Ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с

постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа. Отжимание, лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх - вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

На материале легкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений;

броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Данный материал используется для развития основных физических качеств и планируется учителем в зависимости от задач урока и логики прохождения материала.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге, после двух - трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

На материале плавания (при наличии бассейна)

Развитие выносливости: повторное проплывание отрезков на ногах, держась за доску; повторное скольжение на груди с задержкой дыхания; повторное проплывание отрезков одним из способов плавания.

Структура и содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО

Комплекс состоит из 11 ступеней для различных возрастных групп населения:

I ступень: 1 - 2 классы (6 - 8 лет);

II ступень: 3 - 4 классы (9 - 10 лет); и т. д.

Комплекс состоит из следующих частей:

- первая часть (*нормативно-тестирующая*) предусматривает общую оценку уровня физической подготовленности населения, на основании результатов выполнения установленных нормативов с последующим награждением знаками отличия Комплекса ГТО;
- вторая часть (*спортивная*) направлена на привлечение граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом с учетом возрастных групп населения с целью выполнения разрядных нормативов и получения массовых спортивных разрядов.

Нормативно-тестирующая часть Комплекса ГТО состоит из трех основных разделов:

- 1) виды испытаний (тесты) и нормативные требования;
- 2) оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта;
- 3) рекомендации к недельному двигательному режиму.

Виды испытаний (тесты) и нормативные требования включают:

виды испытаний (тесты), позволяющие определить развитие физических качеств и прикладных двигательных умений и навыков граждан;

нормативы, позволяющие оценить уровень развития физических качеств в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития человека, представленные в государственных требованиях к физической подготовленности населения Российской Федерации (приложение № 1).

Виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс ГТО, подразделяются на **обязательные** и **по выбору**.

- Обязательные испытания (тесты) в соответствии со ступенями:

испытания (тесты) на развитие быстроты;

испытания (тесты) на определение развития скоростных возможностей;

испытания (тесты) на определение развития выносливости;

испытания (тесты) на определение скоростно-силовых возможностей;

испытания (тесты) на определение развития силы и силовой выносливости;

испытания (тесты) на развитие гибкости.

- Испытания (тесты) по выбору в соответствии со ступенями:

испытания (тесты) на развитие координационных способностей;

испытания (тесты) на овладение прикладным навыком.

Виды испытаний (тесты), входящие в Комплекс ГТО, выполняются в соответствии с методическими рекомендациями по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный Комплекс ГТО (приложение № 3). Испытания (тесты) на силу, быстроту, выносливость и гибкость являются обязательными для получения знаков отличия Комплекса ГТО.

Выполнение видов испытаний (тестов), направленных на овладение прикладными навыками и развитие координационных способностей, осуществляется по выбору.

Организация проведения испытаний (тестов), входящих в Комплекс ГТО, осуществляется в соответствии с методическими рекомендациями, изложенными в приложении № 4.

Виды испытаний (тесты) и нормативы Комплекса ГТО, государственные требования к ним, требования к оценке знаний и умений, а также порядок организации и проведения тестирования всех групп населения утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования и федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Спортивная часть Комплекса ГТО включает разрядные требования для многоборий, состоящих из видов испытаний (тестов), входящих в Комплекс ГТО (приложение № 2).

Нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных разрядов и спортивных званий по видам многоборий Комплекса ГТО, утверждаются федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта.

Описание материально-технической базы

1. Дополнительная литература:

2. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / сост. Е. С. Савинов. - 2-е изд., перераб. - М. : Просвещение, 2010. - 204 с. - (Стандарты второго поколения).
3. *Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа* : в 2 ч. Ч. 2. - М. : Просвещение, 2011.- 231 с. - (Стандарты второго поколения).

4. Интернет-ресурсы:

5. Официальный сайт УМК «Перспектива». - Режим доступа: http://www.prosv.ru/umk/perspektiva/info.aspx?ob_no=12371

3. Технические средства обучения:

1. Музыкальный центр.
2. Мегафон.

4. Экранно-звуковые пособия:

Аудиозаписи.

5. Учебно-практическое оборудование:

1. Стенка гимнастическая (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
2. Скамейка гимнастическая жесткая (2 м; 4 м) (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
3. Комплект навесного оборудования (мишени для метания) (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
4. Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные (на каждого ученика), массажные (на каждого ученика).
5. Палка гимнастическая (на каждого ученика).
6. Скакалка детская (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
7. Мат гимнастический (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
8. Кегли (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
9. Обруч пластиковый детский (демонстрационный экземпляр).
10. Флажки: разметочные с опорой, стартовые (демонстрационный экземпляр).
11. Лента финишная (демонстрационный экземпляр).
12. Рулетка измерительная (на каждого ученика).
13. Набор инструментов для подготовки прыжковых ям.
14. Лыжи детские (с креплениями и палками) (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
15. Сетка для переноса и хранения мячей (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
16. Аптечка (демонстрационный экземпляр).

6. Игры и игрушки:

1. Футбол (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
2. Стол для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
3. Сетка и ракетки для игры в настольный теннис (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
4. Шахматы (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
5. Шашки (с доской) (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).
6. Контейнер с комплектом игрового инвентаря (1 комплект для групповой работы на 5-6 человек).

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 класс

№ п/п	Дата	Тема урока	Решаемые проблемы	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			
				понятия	предметные результаты	универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты (не оцениваются)
1	2	3	4	5	6	7	8
1		Содержание и значение уроков физической культуры	Как вести себя в спортивном зале? Цели: познакомить с правилами поведения в спортивном зале; учить слушать и выполнять команды	Правила поведения. Шеренга. Колонна. Гимнастика . Упражнения. Техника безопасности	Научится: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; соблюдать правила поведения в спортивном зале; выполнять простейший комплекс УГГ	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2		Строевые упражнения. Подвижная игра «Займи свое место»	Что такое строй, шеренга? Какой должна быть спортивная форма? Цель: учить выполнять команды: «Смирно», «Равняйсь»; построение в шеренгу по одному	Команды: «Смирно», «Равняйсь». Шеренга. Прыжок. Спортивная форма. Строевые упражнения	Научится: выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; исполнять команды: «Смирно», «Равняйсь»	Регулятивные: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

3	Выявление уровня физической подготовленности обучаемых. Тестирование двигательных качеств: бег 20 м, прыжки вверх на месте	Как прыгать вверх . на месте? Как стать выносливым? Цели: учить контролировать состояние своего здоровья, фиксировать информацию об изменениях в организме; выполнять прыжки вверх на месте	Старт. Прыжок вверх. Рост. Пульс	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки, бег 20 м); измерять показатели физического развития (рост и массу тела). Освоит технику движений рук и ног в прыжках вверх на месте	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4	Освоение строевых упражнений. Подвижная игра «Поймай меня»	Что такое колонна? Цели: повторить построение в шеренгу; учить построению в колонну	Колонна. Скорость. Игра	Научится выполнять организующие строевые команды и приемы	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> — самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5	Выявление уровня физической подготовленности обучаемых. Тестирование двигательных качеств: бег 30 м, прыжки вверх на месте	Как прыгать вверх . на месте? Как стать выносливым? Цели: учить контролировать состояние своего здоровья, фиксировать информацию об изменениях в организме; выполнять прыжки вверх на месте	Старт. Прыжок вверх. Рост. Пульс	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки, бег 30 м); измерять показатели физического развития (рост и массу тела). Освоит технику движений рук и ног в прыжках вверх на месте	Регулятивные: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
6	Прыжки на одной и двух ногах вверх на опору. Подвижная игра	Как прыгать вверх на опору? Цель: учить выполнять легкоатлетические	Опора. Резиновый тренажер. Смена нрг	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки, 20 м); толкаться в прыжках	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные	Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев

		«Смена мест»	упражнения -прыжки на одной и двух ногах вверх и вниз, - соблюдая правила безопасности во время приземления	во время прыжков	вверх пальцами ног и приземляться, смягчая прыжок	- контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
7		Прыжки на одной и двух ногах вверх на опору. Подвижная игра «Смена мест»	Как прыгать вверх на опору? Цель: учить выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки на одной и двух ногах вверх и вниз, - соблюдая правила безопасности во время приземления	Опора. Резиновый тренажер. Смена ног во время прыжков	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки, 20 м); толкаться в прыжках вверх пальцами ног и приземляться, смягчая прыжок	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
8		Оценка уровня физической подготовленности. Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Колдунчики»	Как стать выносливым? Цель: учить правильно выполнять упражнения: 1) поднятие туловища из положения лежа; 2) сгибание и разгибание рук лежа	Выносливость. Внимание. Гимнастический мат. Сгибание и разгибание рук в положении лежа	Научится: характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Регулятивные: контроль и самоконтроль — сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; оп-	Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> — доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость.

						ределять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки
9		Развитие общей выносливости. Корректировка техники бега. Подвижная игра «Пятнашки»	Как корректировать технику бега? Цель: учить правильной технике бега в медленном темпе и переходу на шаг	Техника бега. Положение рук и корпуса в ходьбе и беге	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения (бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	Регулятивные: <i>планирование</i> - определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> - предвосхищать результат. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> — самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - проявление доброжелательности

10	Физкультурная деятельность с обще-развивающей направленностью. Подвижные игры: «К своим флажкам», «Два Мороза»	Как выполнять упражнения на снаряде «лабиринт» и обще-развивающие упражнения? Цель: учить выполнять упражнения на снаряде «лабиринт», обще-развивающие упражнения на верхний и плечевой пояс	Спортивные снаряды. Лабиринт. Бег зигзагом	Научится выполнять упражнение на внимание, игровые действия из подвижных игр разной функциональной направленности	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> - предвосхищать результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <i>Коммуникативные</i> : взаимодействие - формулировать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией - разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — навыки сотрудничества в разных ситуациях
11	Основы знаний о физической деятельности (теоретический раздел)	Что такое физкультурная деятельность? Цель: показать роль физкультуры в жизни человека	Физическая культура. Организм человека. Здоровье человека	<i>Научится</i> : раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие; бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих	<i>Регулятивные</i> : целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные</i> : общеучебные - осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные</i> : взаимодействие - задавать вопросы, формулировать свою позицию	Самоопределение — <i>осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</i>
12	Организационные приемы и навыки прыжков. Подвижные игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	Каковы организационные приемы прыжков? Цель: учить выполнять прыжки на двух ногах на месте с поворотом на 90 градусов с продвижением вперед	Прыжковая яма. Рулетка. Набивной мяч. Скакалка	<i>Научится</i> : выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно отталкиваться и приземляться	<i>Регулятивные</i> : контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <i>Познавательные</i> : общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные</i> : инициативное сотрудничество - формулировать свои затруднения	Самоопределение — <i>начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</i>

13	Приемы и навыки прыжков вверх и вниз на маты. Упражнение «Солнышко» (со скакалкой)	Каковы приемы прыжков вверх и вниз на маты? Цель: учить прыжку вверх из положения полуприсед, правильному приземлению в прыжке вниз, соблюдая технику безопасности	Маты. Гимнастическая скамейка. Скакалка	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; правильно принимать положение перед прыжком и после приземления	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: взаимодействие - вести устный диалог по технике прыжка	Самоопределение — <i>принятие образа</i> «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело
14	Приемы и навыки прыжков вверх и вниз на маты. Упражнение «Солнышко» (со скакалкой)	Каковы приемы прыжков вверх и вниз на маты? Цель: учить прыжку вверх из положения полуприсед, правильному приземлению в прыжке вниз, соблюдая технику безопасности	Маты. Гимнастическая скамейка. Скакалка	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения; правильно принимать положение перед прыжком и после приземления	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: взаимодействие - вести устный диалог по технике прыжка	Самоопределение — <i>принятие образа</i> «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело
15	Организационные навыки. Физкультурная деятельность древних народов	Что собою представляла физкультурная деятельность в истории Древнего мира? Цель: познакомить с физкультурной деятельностью древних народов	Древний мир	Научится: выделять и переносить информацию на современный уровень; ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	Самоопределение - осознание своей этнической принадлежности. Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к истории и культуре других народов
16	Физкультурная деятельность с развивающей направленностью	Какова роль физической деятельности с общеразвивающей направленностью?	Зарядка. Комплекс упражнений. Круг. Подвижная	Научится: организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Познавательные: общеучебные - узнавать, называть и	Самоопределение - готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения

	(подвижные игры)	Цель: учить выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки дома, игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	игра соревновательно-го характера	игроками	определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
17	Организационные приемы и навыки с физкультурной деятельностью, игра по легкой атлетике	Что такое челночный бег? эстафета? Цель: учить выполнять легкоатлетическое упражнение «бег на короткое расстояние», командные действия во время игры	Челночный бег. Эстафета. Передача эстафеты. Эстафетная палочка	Научится: выполнять передачу в эстафете, подчинять свои интересы интересам команды; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Регулятивные: целеполагание - удерживать учебную задачу; осуществление учебных действий — использовать речь для регуляции своего действия; коррекция - вносить изменения в способ действия. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии, для решения коммуникативных и познавательных задач.	Нравственно-этическая ориентация - уважительное отношение к чужому мнению. Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
18	Организационные приемы и навыки с физкультурной деятельностью, игра по легкой атлетике	Что такое челночный бег? эстафета? Цель: учить выполнять легкоатлетическое упражнение «бег на короткое расстояние», командные действия во время игры	Челночный бег. Эстафета. Передача эстафеты. Эстафетная палочка	Научится: выполнять передачу в эстафете, подчинять свои интересы интересам команды; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Регулятивные: целеполагание - удерживать учебную задачу; осуществление учебных действий — использовать речь для регуляции своего действия; коррекция - вносить изменения в способ действия. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии, для решения коммуникативных и познавательных	Нравственно-этическая ориентация - уважительное отношение к чужому мнению. Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

					задач.	
19	Общеразвивающие упражнения (скорость, бег по кругу). Подвижная игра «Салки»	Что такое скорость? бег по кругу? Цели: учить контролировать смену скорости в беге; познакомить с простым комплексом упражнений утренней гигиенической гимнастики	Ускорение. Отрезок. Темп бега. Техника бега. Круг	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты); бегать в заданном темпе; выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки. Познакомится с правилами игры	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	Самоопределение - готовность и способность к саморазвитию
20	Организационные приемы и навыки на закрепление учебного материала по бегу посредством подвижных игр: «К своим флажкам», «Два Мороза»	В чем разница темпа бега? Как развивать координационные способности? Цель: учить определять разницу темпа бега, выполнять упражнения на развитие координационных способностей	Ускорение. Бег по заданному ритму. Коррекция. Техника бега	Научится выполнять бег в темпе по ориентирам - точкам и линиям, менять направление движения по указанию учителя	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную; контроль и самоконтроль ; использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях
21	Организационные приемы и навыки для закрепления учебного материала по прыжкам, развитию скоростно-силовых спо-	Как технически грамотно выполнять прыжковые упражнения? Цели: закрепить навыки в прыжках с места, вверх, вниз, по точкам через подвижные игры; учить организовывать и проводить подвижные	Толчковая нога. Разметка. Правила безопасности и при выполнении прыжков и проведении	Научится: технически грамотно выполнять прыжковые упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации); организовывать и проводить подвижные игры	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат; коррекция - вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действиях. Коммуникативные: взаимодействие -	Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности

	<p>способностей посредством подвижных игр: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»</p>	<p>игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>подвижных игр</p>		<p>вести устный диалог; строить понятные для партнера высказывания</p>	
22	<p>Организационные приемы и навыки для закрепления учебного материала по прыжкам, развитию скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»</p>	<p>Как технически грамотно выполнять прыжковые упражнения? Цели: закрепить навыки в прыжках с места, вверх, вниз, по точкам через подвижные игры; учить организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Толчковая нога. Разметка. Правила безопасности и при выполнении прыжков и проведении подвижных игр</p>	<p>Научится: технически грамотно выполнять прыжковые упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации); организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат; коррекция - вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действиях. Коммуникативные: взаимодействие - вести устный диалог; строить понятные для партнера высказывания</p>	<p>Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности</p>
23	<p>Прием, передача и прокат малого мяча. Правила выполнения упражнений с мячом</p>	<p>Как правильно и точно выполнять передачу и прием мяча? Цель: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом</p>	<p>Теннисный мяч</p>	<p>Научится: выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями</p>	<p>Регулятивные: целеполагание - формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция - вносить изменения в план действия. Познавательные: общеучебные - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы; управление коммуникацией</p>	<p>Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)</p>

						— координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
24		Прием, передача и прокат малого мяча. Правила выполнения упражнений с мячом	Как правильно и точно выполнять передачу и прием мяча? Цель: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Теннисный мяч	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: целеполагание - формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция - вносить изменения в план действия. Познавательные: общеучебные - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы; управление коммуникацией — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)

II четверть –24 часа

25		Общеразвивающие упражнения (скорость, бег по кругу). Подвижная игра «Салки»	Что такое скорость? бег по кругу? Цели: учить контролировать смену скорости в беге; познакомиться с простым комплексом упражнений утренней гигиенической гимнастики	Ускорение. Отрезок. Темп бега. Техника бега. Круг	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты); бегать в заданном темпе; выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки. Познакомится с правилами игры	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	Самоопределение - готовность и способность к саморазвитию
26		Физкультурная деятельность с	Какова роль физической культуры деятель-	Зарядка. Комплекс	Научится: организовывать и проводить	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с постав-	Самоопределение - готовность следовать

	обще-развивающей направленностью (подвижные игры)	ности с общеразвивающей направленностью? Цель: учить выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки дома, игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	упражнений. Круг. Подвижная игра соревновательного характера	подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками	ленной задачей и условиями ее решения. Познавательные: общеучебные - узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	нормам здоровьесберегающего поведения
27	Прием, передача и прокат малого мяча. Правила выполнения упражнений с мячом	Как правильно и точно выполнять передачу и прием мяча? Цель: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Теннисный мяч	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: целеполагание - формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция - вносить изменения в план действия. Познавательные: общеучебные - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы; управление коммуникацией — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
28	Техника безопасности на уроках гимнастики. Подвижная игра «Займи свое место»	Какие правила поведения на уроках гимнастики необходимо знать и выполнять? Цель: учить выполнять упражнения только с разрешения учителя и со страховкой	Гимнастика. Упражнение. Команды учителя. Правила поведения	Научится понимать, как выполнять поставленную задачу и соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
29	Строевые уп-	Какие существуют	Круг. Рас-	Научится выполнять по	Регулятивные: <i>целеполагание</i> —	<i>Смыслообразование</i>

	ражнения, построение в круг, размыкание в шеренге	виды построения по кругу? Цель: учить правильно вставать в шеренгу по кругу и размыкаться в шеренге на вытянутые руки	стояние на вытянутые руки. Шеренга	образцу нестандартное построение по кругу, организующие строевые команды и приемы	преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные — использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью	- самооценка на основе критериев успешной деятельности
30	Расчет по порядку, ходьба на носках по линии, по скамейке	Как производить расчет, ходить на носках? Цель: учить выполнять расчет по порядку, ходьбе на носках в различных позах и по разным меткам	Носок. Линия. Гимнастическая скамейка	Научится выполнять действия по образцу, соблюдая правила техники безопасности	Регулятивные: целеполагание - удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: общеучебные — контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
31	Лазание по гимнастической лестнице, по наклонной лестнице, скамейке, переползание под гимнастической скамейкой	Какие существуют упражнения на координацию? Цели: учить лазанию по горизонтальной и наклонной скамейке; характеризовать физические качества - силу, координацию	Гимнастическая скамейка. Шведская лестница	Научится выполнять упражнения на развитие координации движений	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения задач	Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры
32	Лазание по гимнастической лестнице, по наклонной лестнице, скамейке, переползание под гимнастической	Какие существуют упражнения на координацию? Цели: учить лазанию по горизонтальной и наклонной скамейке; характеризовать физические качества -	Гимнастическая скамейка. Шведская лестница	Научится выполнять упражнения на развитие координации движений	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность	Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры

	скамейкой	силу, координацию			во взаимодействии для решения задач	
33	Положения в гимнастике, перекаты, группировки, удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях	Какие <i>существуют</i> акробатические элементы? Цель: учить выполнять акробатические упражнения - статическое положение, перекаты	Гимнастический мат. Позы. Положения частей тела	Научится: выполнять акробатические элементы - кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: осуществление учебных действий - использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общеучебные - применять правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: управление коммуникацией - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Самоопределение — <i>проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой</i>
34	Положения в гимнастике, перекаты, группировки, удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях	Какие <i>существуют</i> акробатические элементы? Цель: учить выполнять акробатические упражнения - статическое положение, перекаты	Гимнастический мат. Позы. Положения частей тела	Научится: выполнять акробатические элементы - кувырки, стойки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: осуществление учебных действий - использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общеучебные - применять правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: управление коммуникацией - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Самоопределение — <i>проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой</i>
35	Группировка, перекаты, упоры присев, укрепление пресса	Как выполнять перекаты? Что такое группировка? Цель: учить выполнять перекаты в группировке, из упора стоя на	Группировка. Перекаты. Упоры стоя на коленях	Научится: выполнять перекаты, упражнения в группировке и возвращаться в исходное положение; организовывать и проводить подвижные игры	Регулятивные: планирование - выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в	Смыслообразование - <i>самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов</i>

			колених, выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности			том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	
36	Группировка, перекаты, упоры присев, укрепление пресса	Как выполнять перекаты? Что такое группировка? Цель: учить выполнять перекаты в группировке, из упора стоя на колених, выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Группировка. Перекаты. Упоры стоя на колених	Научится: выполнять перекаты, упражнения в группировке и возвращаться в исходное положение; организовывать и проводить подвижные игры	Регулятивные: планирование - выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	Смыслообразованние - самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов	
37	Обучение висам на перекладине и шведской стенке	Что такое висы на перекладине и шведской стенке? Цель: учить правильному положению при выполнении висов на низкой перекладине и шведской стенке для выполнения упражнений на укрепление брюшного пресса	Перекладина. Шведская стенка. Висы	Научится: правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях	

38	Обучение висам на перекладине и шведской стенке	Что такое висы на перекладине и шведской стенке? Цель: учить правильному положению при выполнении висов на низкой перекладине и шведской стенке для выполнения упражнений на укрепление брюшного пресса	Перекладина. Шведская стенка. Висы	Научится: правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях
39	Обучение висам на перекладине и шведской стенке	Что такое висы на перекладине и шведской стенке? Цель: учить правильному положению при выполнении висов на низкой перекладине и шведской стенке для выполнения упражнений на укрепление брюшного пресса	Перекладина. Шведская стенка. Висы	Научится: правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Регулятивные: планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях
40	Равновесие. Строевые упражнения. Игра «Змейка»	Какие существуют команды? Цель: учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения	Размыкание. Повороты направо и налево. «Класс, шагом марш, класс, стой»	Научится: выполнять упражнения и команды по строевой подготовке; оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Регулятивные: прогнозирование — предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: общеучебные — узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: взаимодействие - строить для партнера понятные выска-	Нравственно-этическая ориентация - уважительное отношение к чужому мнению

						звания	
41		Переползание (подражание животным), игры с переползанием: «Крокодил», «Обезьяна»	Какие упражнения способствуют развитию ловкости и координации? Цель: учить способам переползания, схожим, с движениями животных, для развития ловкости и координации	Гимнастические маты. Скамейки	Научится: упражнениям для развития ловкости и координации	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: общеучебные - осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - формулировать свои затруднения	Самоопределение — начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач
43		Развитие гибкости: наклоны вперед, сидя на полу, прокат на спине назад, выполнение полупагата	Как развивать гибкость тела? Цель: учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях	Наклоны вперед. Прокат на спине. Полушпагат	Научится: правильно выполнять упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса; раскрывать на примерах	Регулятивные: целеполагание — формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
43		Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Солнышко»	Какова поэтапность при обучении прыжкам со скакалкой? Цель: учить выполнять прыжки со скакалкой поэтапно (вращение скакалки, перемах с перешагиванием и прыжком)	Скакалка. Обруч	Научится: выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие
44		Равновесие. Развитие координационных	Какие команды нужно знать для соблюдения равновесия в	Набивные мячи, гимнастические	Научится: выполнять организующие строевые команды, приемы в	Регулятивные: контроль и самоконтроль - осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Самоопределение - принятие образа «хорошего ученика»

	способностей. Игра «Змейка»	ходьбе и при преодолении препятствий? Цель: учить ходьбе в равновесии по скамейке с перешагиванием через предметы	скамейки	равновесии; отбирать и выполнять комплексы упражнений для физкультминутки	Познавательные: общеучебные - ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: взаимодействие - задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	
45	Эстафеты с обручем, скалкой. Выполнение команд в разных ситуациях	Как правильно передать и принять эстафету? Цель: учить выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Передача эстафеты. Принятие эстафеты	Научится: правильно передавать эстафету для развития координации движений в различных ситуациях	Регулятивные: коррекция - вносить необходимые дополнения и изменения, в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные: общеучебные - контролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
46	Эстафеты с обручем, скалкой. Выполнение команд в разных ситуациях	Как правильно передать и принять эстафету? Цель: учить выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Передача эстафеты. Принятие эстафеты	Научится: правильно передавать эстафету для развития координации движений в различных ситуациях	Регулятивные: коррекция - вносить необходимые дополнения и изменения, в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные: общеучебные - контролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
47	Лазание по гимнастической лестнице, по наклонной лестнице, скамейке,	Какие существуют упражнения на координацию? Цели: учить лазанию по горизонтальной и наклонной скамейке;	Гимнастическая скамейка. Шведская лестница	Научится выполнять упражнения на гимнастической скамейке на развитие координации движений	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задачи.	Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической

	переползание под гимнастической скамейкой	характеризовать физические качества - силу, координацию			Коммуникативные: инициативное сотрудничество - проявлять активность во взаимодействии для решения задач	культуры
48	Развитие кондиционных и координационных способностей посредством гимнастических упражнений	Каковы правила переползания, подлезания, перекатов? Цель: закрепить навыки в упражнениях - переползании, подлезании, перекатах	Маты. Гимнастические скамейки. Шведская стенка	Научится: творчески подходит к выполнению гимнастических упражнений, и добиваться достижения успешного конечного результата. Получит возможность научиться выполнять эстетически красиво гимнастические упражнения	Регулятивные: коррекция - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию; инициативное сотрудничество - формулировать свои затруднения	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
III четверть – 27 часов						
49	Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке? Цель: познакомить с правилами поведения и мерами безопасности при переноске лыж и лыжных палок, надевании ботинок и вставлении в крепление, при катании на равнине, на спусках и подъемах	Лыжи, лыжные палки и ботинки, крепления. Лыжный спортивный костюм, рукавицы, шапочка	Научится выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости). Ознакомится с правилами поведения на уроках и способами использования спортивного инвентаря	Регулятивные: планирование - составлять план и последовательность действий. Познавательные: информационные — искать и выделять необходимую информацию из различных источников. Коммуникативные: управление коммуникацией — адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	Самоопределение - готовность и способность обучающихся к саморазвитию

50 51	Практическое значение занятий лыжным спортом для укрепления здоровья	Какова история зарождения лыжного спорта? Каково практическое применение лыж? Как учиться ходить на лыжах? Цель: познакомить с историей зарождения ходьбы на лыжах и практическим применением лыж	Литература по истории лыжного спорта	Научится ходьбе на лыжах. Познакомится с историей зарождения лыжного спорта	Регулятивные: оценка — устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: общеучебные — самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, строить высказывание	Смыслообразование — эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им
52	Подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах	Какова подготовка спортивного инвентаря для занятий на лыжах? Цель: учить подготавливать лыжный инвентарь (надевать ботинки, вставлять в крепление, правильно подбирать лыжные палки)	Крепления. Ботинки. Лыжные палки	Научится: надевать лыжные ботинки, вставлять в крепления и правильно подбирать лыжные палки; характеризовать роль и значение прогулок на свежем воздухе	Регулятивные: коррекция - вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. Познавательные: общеучебные - осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	Самоопределение — начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире
53	Температурный режим занятий на лыжах	Каков должен быть температурный режим занятий на лыжах? Цель: познакомить учащихся с правилами выхода на занятия лыжной подготовкой	Температура воздуха. Направление ветра. Влажность	Научится: определять и узнавать температурный режим и при какой температуре можно заниматься лыжной подготовкой	Регулятивные: оценка - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: общеучебные — узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы	Самоопределение — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе

54	Построение и передвижение с лыжами на учебное занятие и обратно	Каковы правила построения и передвижения с лыжами? Цель: учить правильному построению с лыжами и переходу к месту занятий	Передвижение с лыжами. Построение в шеренгу и колонну	Научится: строиться в шеренгу и колонну с лыжами, передвигаться к месту занятий; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	Регулятивные: прогнозирование — предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: информационные — получать и обрабатывать информацию; общеучебные - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать собственное мнение и позицию	Нравственно-этическая ориентация навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы
55	Повороты переступанием на месте	Каковы правила поворотов переступанием на месте? Цель: учить выполнению поворотов на месте, поэтапно по несколько градусов вправо или влево для изменения направления движения	Пол-оборота. Оборот. Кругом	Научится: выполнять повороты на лыжах переступанием вправо или влево; ориентироваться в понятии «физическая подготовка»; характеризовать основные физические качества	Регулятивные: коррекция — адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата
56	Ступающий шаг. Его особенности и преимущества в начальной стадии обучения катанию на лыжах	Что такое «ступающий шаг?» Каковы его преимущества в начальной стадии обучения катанию на лыжах? Цель: учить первому этапу в освоении передвижения на лыжах без палок	Носки и пятки лыж	Научится поочередно поднимать носки лыж и прижимать пятки, совершая продвижение вперед	Регулятивные: контроль - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; коррекция - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: общеучебные - уметь применять полученные знания в различных вариантах. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью и задавать вопросы	Нравственно-этическая ориентация - этические потребности, ценности, чувства

57	Передвижение скользящим шагом без палок	Как передвигаться скользящим шагом без палок? Цель: учить скользящему шагу на лыжах	Скользкий шаг. Разноименный вынос ноги и руки	Научится скользить на одной лыже (если правая нога впереди, то левая рука выносится вперед и наоборот)	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. Познавательные: общеучебные - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание	Смыслообразование - адаптированная мотивация учебной деятельности
58	Передвижение скользящим шагом с палками	Как передвигаться скользящим шагом с палками. Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, правильному толчку во время скольжения	Лыжи, лыжные палки	Научится выполнять упражнение толчка правой и левой ногой с поочередным выносом рук	Регулятивные: коррекция — вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: управление коммуникацией - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия	Нравственно-этическая ориентация— навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
59	Движение ступающим шагом в подъем от 5-8°	Каковы правила преодоления маленьких склонов, встречающихся на дистанции? Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, преодолевать небольшие	Склон. Градус	Научится передвигаться на лыжах, преодолевая маленькие склоны, встречающиеся на дистанции	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: общеучебные — ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи.	Самоопределение — начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире

			склоны на пути движения			Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером	
60	Спуски в средней стойке с прокатом в высокой стойке	Как учиться удерживать равновесие на спуске в средней стойке? Цель: учить выполнять передвижения на лыжах, удерживать равновесие на спуске в средней стойке	Подъем. Спуск. Средняя стойка	Научится передвигаться на лыжах; выполнять спуск в средней стойке, не падая на снег	Регулятивные: планирование — выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности	Самоопределение внутренней позиция школьника на основе положительного отношения к школе	
61	Эстафеты с надеванием и снятием лыж, переноска лыж в школу	Каковы правила надевания, снятия и переноски лыж в школу? Цель: учить быстро и правильно надевать и снимать лыжи и палки, соблюдать правила транспортировки лыж	Ботинки. Крепления. Переноска лыж	Научится: правильно и быстро надевать и снимать лыжи и переносить их	Регулятивные: контроль и самоконтроль - использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией - оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	Самоопределение — экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения	
62	Закрепление материала по эстафетам с надеванием и снятием лыж	Каковы правила быстрого снятия и надевания лыж и палок в экстремальных условиях? Цель: учить наде-	Экстремальные условия (эстафеты)	Научится: быстро снимать и надевать лыжи и палки, передвигаться на лыжах	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: информационные -	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности	

			вать и снимать лыжи в экстремальных условиях			искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. Коммуникативные: управление коммуникацией - прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения	
63	Встречные эстафеты	Каковы командные действия в соперничестве на лыжах? Цель: учить выполнять организующие командные действия в соперничестве с одноклассниками на лыжах	Встречные эстафеты	Научится: передвигаться на лыжах; быстро преодолевать дистанцию и передавать эстафету своему напарнику	Регулятивные: саморегуляция - стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. Познавательные: общеучебные - самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. Коммуникативные: взаимодействие - формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	
64	Эстафеты с поворотом вокруг флажка	Что такое эстафета с поворотом вокруг флажка? Цель: учить передвигаться на лыжах, выполнять поворот на дистанции во время проведения эстафеты	Флажок. Поворот	Научится: передвигаться на лыжах; выполнять поворот для обратного движения вокруг флажка	Регулятивные: коррекция - вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты. Познавательные: логические - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание	Нравственно-этическая ориентация - этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера	
65	Прохождение в медленном темпе на лыжах 500 м	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: закреплять	Повторить, что такое лыжи, лыжные палки и	Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия.	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности, самооценка на	

		учебный материал по лыжной подготовке	другой инвентарь		Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.. Коммуникативные: взаимодействие - строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение	основе критериев успешности учебной деятельности
66	Прохождение в медленном темпе на лыжах 500 м	Как обучаемые усвоили материал по лыжной подготовке? Цель: закреплять учебный материал по лыжной подготовке	Повторить, что такое лыжи, лыжные палки и другой инвентарь	Научится: называть лыжный инвентарь; передвигаться на лыжах; выполнять шаги	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: взаимодействие - строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
67	Кроссовая подготовка	Каковы правила обучения быстрой ходьбе и медленному бегу на местности? Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Выносливость	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные - анализ информации. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
68	Подвижные игры на развитие координации	Каковы правила подвижной игры для развития координации? Цель: развивать координацию посред-	Координация и подвижная игра	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать	Регулятивные: планирование - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция - вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: знаково-	Самоопределение - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе

			ством подвижных игр		правила подвижной игры для развития координации	символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
69	Подвижные игры на развитие координации	Каковы правила подвижной игры для развития координации? Цель: развивать координацию посредством подвижных игр	Координация и подвижная игра	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации	Регулятивные: планирование - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция - вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	Самоопределение - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	
70	Подвижные игры на развитие координации	Каковы правила подвижной игры для развития координации? Цель: развивать координацию посредством подвижных игр	Координация и подвижная игра	Научится: выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности; соблюдать правила подвижной игры для развития координации	Регулятивные: планирование - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция - вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять		

						цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
71	Плавание. Техника безопасности и правила поведения	Каковы правила безопасности для сохранения своего здоровья при плавании? Цель: учить правилам поведения на воде и соблюдения техники безопасности во время занятий	Поведение. Безопасность. Правила	Научится выполнять правила поведения: и соблюдать технику безопасности для сохранения своего здоровья во время занятий по плаванию.	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: общеучебные - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	Самоопределение - самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	
72	Правила закаливания (солнечные воздушные ванны)	Какова роль солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья? Цель: учить выполнять закаливающие процедуры для укрепления здоровья	Закаливание. Воздушные и солнечные процедуры	Научится: отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки в соответствии с изученными правилами	Регулятивные: контроль и самоконтроль - различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью	Самоопределение - установка на здоровый образ жизни	
73	Подвижные игры - названия и правила	Каковы правила при проведении подвижных игр? Цели: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Различные названия игр. Что такое правила?	Научится: организовывать места занятий подвижными играми; соблюдать правила во время проведения игр	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: общеучебные - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем	Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в	

			разной функциональной направленности, называть эти игры			различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	поведении социальным нормам
74	Подвижные игры - названия и правила	Каковы правила при проведении подвижных игр? Цели: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	Различные названия игр. Что такое правила?	Научится: организовывать места занятий подвижными играми; соблюдать правила во время проведения игр	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам	
75	Строевые упражнения	Что такое строевые упражнения? Цель: учить выполнять организующие строевые команды и приемы - размыкание в шеренге на вытянутые руки и смыкание обратно	Размыкание. Вытянутые руки. Смыкание	Научится: выполнять размыкание и смыкание; характеризовать роль и значение занятий спортом для укрепления здоровья	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	
IV четверть - 24 часа							
76	Строевые упражнения	Что такое строевые упражнения? Цель: учить выполнять организующие строевые команды и приемы - размыкание в шеренге на	Размыкание. Вытянутые руки. Смыкание	Научится: выполнять размыкание и смыкание; характеризовать роль и значение занятий спортом для укрепления здоровья	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i>	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	

			вытянутые руки и смыкание обратно			- вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение	
77	Метание теннисного мяча, развитие выносливости	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании? Цель: учить правильной постановке руки при метании мяча в цель	Теннисный мяч. Цель. Техника метания	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения - метание теннисного мяча с правильной постановкой руки	Регулятивные: коррекция - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью; взаимодействие — строить монологическое высказывание, вести устный диалог	Нравственно-этическая ориентация - этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	
78	Метание теннисного мяча, развитие выносливости	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании? Цель: учить правильной постановке руки при метании мяча в цель	Теннисный мяч. Цель. Техника метания	Научится: выполнять легкоатлетические упражнения - метание теннисного мяча с правильной постановкой руки	Регулятивные: коррекция - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью; взаимодействие — строить монологическое высказывание, вести устный диалог	Нравственно-этическая ориентация - этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	
79	Совершенствование метания и ловли теннисного мяча	Как совершенствовать метание и ловлю теннисного мяча? Цель: учить и закреплять навык метания мяча и	Техника метания и правильная ловля мяча	Научится: грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; соблюдать правила поведения и пре-	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и	Самоопределение — начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире	

			правильной ловли		дупреждения травматизма во время занятий физкультурой	формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	
80	Развитие вы- носливости и быстроты	Как развивать вынос- ливість и быстроту? Цель: учить быстро- му движению при броске малого мяча и ловле в течение 10 секунд (в парах), выполнять разминочный бег в медленном темпе до 2 минут	Скорость и быстрота. Разминочный бег	Научится: распределять свои силы во время продолжительного бега; точно бросать и ловить мяч; выполнять упражне- ния по профилактике нарушения осанки	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: знаково- символические - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; логические - устанавливать причинно-следственные связи. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; фор- мулировать собственное мнение	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной дея- тельности	
81	Развитие вы- носливости и быстроты	Как развивать вынос- ливість и быстроту? Цель: учить быстро- му движению при броске малого мяча и ловле в течение 10 секунд (в парах), выполнять разминочный бег в медленном темпе до 2 минут	Скорость и быстрота. Разминочный бег	Научится: распределять свои силы во время продолжительного бега; точно бросать и ловить мяч; выполнять упражне- ния по профилактике нарушения осанки	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: знаково- символические - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; логические - устанавливать причинно-следственные связи. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; фор- мулировать собственное мнение	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной дея- тельности	
82	Метание и ловля теннисного мяча	Как совершенство- вать метание и	Техника ме- тания и пра-	Научится: грамотно использовать технику	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять	Самоопределение — начальные навыки	

		ловлю теннисного мяча? Цель: учить и закреплять навык метания мяча и правильной ловли	вильная ловля мяча	метания мяча при выполнении упражнений; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	учебные действия в материализованной форме. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	адаптации в динамично изменяющемся мире
83	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкости (челночный бег 4 х 9 м), гибкости	Как контролировать развитие двигательных качеств? Цель: учить выполнять челночный бег, наклоны в положении сидя на полу ноги прямые на уровне плеч	Кубики. Челночный бег. Наклоны сидя	Научится: перемещаться вперед и назад, переставляя кубики; выполнять наклоны вперед для развития гибкости	Регулятивные: целеполагание - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: информационные — искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: взаимодействие - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе
84	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цель: учить правильно, выполнять прыжок с места, прямой хват при подтягивании	Перекладина. Исходное положение во время прыжка с места	Научится: технически правильно выполнять прыжок с места; выполнять прямой хват в подтягивании	Регулятивные: целеполагание - формировать и удерживать учебную задачу; прогнозирование — предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: взаимодействие - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
85	Поднимание туловища из	Каковы правила выполнения упраж-	Положение лежа. Ска-	Научится: выполнять акробатические	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу;	Самоопределение — самостоятельность и

	положения лежа, прыжки на месте «удочка»	нения «наклоны вперед из положения лежа»? Цель: учить поднимать туловище из положения, лежа на быстроту, выполнять прыжки на месте на развитие физических качеств (быстроты)	калка	упражнения - наклоны вперед	планирование - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: общеучебные — самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
86	Поднимание туловища из положения лежа, прыжки на месте -«удочка»	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения лежа»? Цель: учить поднимать туловище из положения, лежа на быстроту, выполнять прыжки на месте на развитие физических качеств (быстроты)	Положение лежа. Скакалка	Научится: выполнять акробатические упражнения -наклоны вперед	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: общеучебные — самостоятельно формулировать познавательную цель; логические - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
87	Поднимание туловища из положения лежа, прыжки на месте -«удочка»	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения лежа»? Цель: учить поднимать туловище из положения, лежа на быстроту, выпол-	Положение лежа. Скакалка	Научится выполнять акробатические упражнения -наклоны вперед	Регулятивные: целеполагание — формулировать учебную задачу; планирование -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: общеучебные — самостоятельно формулировать познавательную цель; логические -	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

			нять прыжки на месте на развитие физических качеств (быстроты)			подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	
88	Кроссовая подготовка	Каковы правила обучения быстрой ходьбе и медленному бегу на местности? Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Выносливость	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные - анализ информации. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	
89	Кроссовая подготовка	Каковы правила обучения быстрой ходьбе и медленному бегу на местности? Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Выносливость	Научится: выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости); осуществлять быструю ходьбу и медленный бег на местности	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные - анализ информации. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни	
90	Эстафеты на развитие координации, челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель	Как усвоены командные действия при выполнении ранее изученных упражнений? Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений	Челночный бег. Скакалка. Теннисный мяч	Научится выполнять задания на развитие физических качеств	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать познавательную задачу в практическую. Познавательные: <i>общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - строить понятные для партнера высказывания	Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие	

91	Развитие быстроты, передача волейбольного мяча и его ловля	Каковы правила развития быстроты при передаче волейбольного мяча и его ловли? Цель: учить быстрому бегу на дистанции 30 м, ловле и передаче волейбольного мяча	Волейбольный мяч. Быстрота. Дистанция 30 м	Научится выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности
92	Развитие общей выносливости	Как работать над распределением сил по дистанции? Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 мин	Секундомер. Распределение сил по дистанции	Научится: равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (по таблице)	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности
93	Эстафеты на развитие координации, челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель	Как усвоены командные действия при выполнении ранее изученных упражнений? Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений	Челночный бег. Скакалка. Теннисный мяч	Научится выполнять задания на развитие физических качеств	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать познавательную задачу в практическую. Познавательные: <i>общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - строить понятные для партнера высказывания	Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие

94	Круговые эстафеты до 20 м	Каковы правила передачи эстафеты на скорости? Цели: закреплять навыки в быстром беге; воспитывать командный дух	Вираз. Передача эстафеты	Научится: выполнять игровые действия разной функциональной направленности; передавать эстафету на скорости	Регулятивные: <i>планирование</i> - составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> — использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> — определять общую цель и пути ее достижения	Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие
95	Развитие общей выносливости	Как работать над распределением сил по дистанции? Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 мин	Секундомер. Распределение сил по дистанции	Научится: равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (по таблице)	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	Смыслообразование - мотивация учебной деятельности
96	Совершенствование игр: «День и ночь», «Два Мороза», «Займи свое место»	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для разви-	Пройденные названия игр	Научится называть игры и формулировать их правила	Регулятивные: контроль и самоконтроль - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — предлагать помощь в сотрудничестве; управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое	Самоопределение - сознание ответственности человека за общее благополучие

			тия двигательных качеств			поведение	
97	Эстафеты и подвижные игры	Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков? Цель: закрепить навыки быстроты, ловкости, выносливости	Пройденные названия качеств и подвижных игр	Научится: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия		Самоопределение - принятие образа хорошего ученика
98	Совершенствование игр: «День и ночь», «Два Мороза», «Займи свое место»	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств	Пройденные названия игр	Научится называть игры и формулировать их правила	Регулятивные: контроль и самоконтроль - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: инициативное сотрудничество — предлагать помощь в сотрудничестве; управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение		Самоопределение - сознание ответственности человека за общее благополучие
99	Эстафеты и подвижные игры	Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков? Цель: закрепить навыки быстроты, ловкости, выносливости	Пройденные названия качеств и подвижных игр	Научится: организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия		Самоопределение - принятие образа хорошего ученика

**Календарно-тематическое планирование
2 класс**

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					Универсальные учебные действия	Предметные знания		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Подвижная игра «Салки – догонялки»	Вводный	1	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цели: познакомить с содержанием и организацией уроков физической культуры, правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Научатся: - соблюдать правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке на уроке; -самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики;	Текущий	
2	Совершенствование строевых упражнений. Обучение положению высокого старта. Игра «Ловишка»	Изучение нового материала	1	Что такое шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма? Цели: повторить команды «Становись!», «Смирно!», «Равняйся!».	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участие в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: -выполнять команды на построение и перестроения; -технически правильно принимать положение высокого старта	Текущий	

				Учить принимать положение высокого старта	Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться			
3	Совершенствование строевых упражнений. Обучение бегу с высокого старта на дистанции 30 м. Игра «Салки с домом»	Изучение нового материала	1	Как выполняется построение в колонну? Цели: повторить построение в шеренгу, колонну; повторить положение высокого старта	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять бег с высокого старта	Текущий	
4	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Контроль двигательных качеств: челночный бег 5*10. Игра «Гуси лебеди»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Корректировка техники челночного бега. Как выполнять поворот в челночном беге? Цели: учить беге с изменением направления движения	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; - технически правильно выполнять поворот в челночном беге;	Контроль двигательных качеств в (челночный бег)	
5	Развитие внимания, мышления при	Изучение нового	1	Как прыгать вверх и в длину с места?	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют	Научатся: - выполнять легкоатлетические	Текущий	

	выполнении расчета по порядку. Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Игра «Удочка»	о материала		Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения – вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; фиксировать информацию об изменениях в организме	цели и способы их осуществления. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и длину; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса		
6	Совершенствование строевых упражнений. Объяснение понятия «физическая культура как система занятий физическими упражнениями». Игра «Жмурки»	Комбинированной	1	Какая польза от занятий физической культурой? Цели: учить правильно выполнять строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	
7	Развитие ловкости,	Комбинированной	1	Как выполнять метание малого	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	Научатся: -выполнять	Текущий	

	внимания в метании предмета на дальность. Разучивание игры «Кто дальше бросит»	ванной		меча (мешочка) на дальность? Цели: учить правильно технике метания	цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	легкоатлетические упражнения (метания); - технически правильно держать корпус, ноги и руки в метаниях		
8	Контроль двигательных качеств: метание. Эстафета «За мячом противника»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Метание предмета на дальность. Цели: учить выполнять упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; взаимодействовать в команде	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Научатся: - технически правильно выполнять метание предмета; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (метание)	
9	Ознакомление с историей возникновения первых соревнований. Контроль двигательных качеств:	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Когда появились первые спортивные соревнования? Цели: познакомить с историей возникновения	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы;	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - выполнять упражнение, добываясь конечного результата	Контроль двигательных качеств (прыж	

	прыжки в длину с места			первых спортивных соревнований; Учить правильно выполнять прыжок с места	контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		ки в длину с места)	
10	Обучение бегу с изменением частоты шагов. Подвижные игры «Запрещенное движение» и «Два мороза»	Комбинированной	1	Как увеличивать и уменьшать скорость бега? Цели: учить выполнять игры разминочного характера; развивать скоростно-силовые качества, координацию движений	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	
11	Объяснение понятия «физические качества». Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр	Применение знаний, умений	1	Какие основные физические качества необходимо развивать? Цели: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают Коммуникативные: оценки учителя. формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - понимать значение развития физических качеств, для укрепления здоровья; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

					Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника			
12	Ознакомление с основными способами развития выносливости. Развитие двигательных качеств в беге на различные дистанции	Комбинированной	1	Как подбирается ритм и темп бега на различных дистанциях? Цели: учить самостоятельно, подбирать собственный, наиболее эффективный ритм и темп бега	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученные понятия с примерами. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - правильно распределять силы при длительном беге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	
13	Развитие скоростных качеств в беге на различные дистанции. Контроль двигательных качеств: бег на 30 метров с высокого старта	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как правильно стартовать и финишировать? Цели: учить правильной технике бега; выполнять разминочный бег в различном темпе	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений	Контроль двигательных качеств в (бег 30 м)	
14	Правило безопасного поведения во время упражнений со	Комбинированной	1	Как вести себя на уроках с использованием спортивного инвентаря?	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают	Научатся: -соблюдать правила безопасного поведения; -соблюдать правила взаимодействия с	Текущий	

	спортивным инвентарем. Развитие координационных способностей в обще развивающих упражнениях. Разучивание подвижной игры «Охотник и зайцы»			Цели: учит выполнять обще развивающие упражнения в движении и на месте; совместным командным действиям во время игры	инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	игроками		
15	Обучение перестроения в две шеренги, в две колонны. Контроль двигательных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной игры «Волна	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как выполнять перестроение в две шеренги, две колонны? Цели: учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; Учить поднимать туловище из положения, лежа на скорость	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: -выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища)	
16	Совершенствование выполнения упражнения «вис на гимнастическо	Комбинированный	1	Развитие координации. Как правильно выполнять вис на гимнастической	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета	Научатся: -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; -организовывать и проводить подвижные	Текущий	

	й стенке на время». Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голос»			стенке? Цели: развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса на время	характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действие партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	игры в помещении		
17	Развитие координационных способностей в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Совершенствование техники выполнения перекатов. Подвижная игра «Передача мяча в тоннеле»	Комбинированной	1	Корректировка техники выполнения перекатов. Цели: развивать координационные способности, силу, ловкость при выполнении упражнений гимнастики и акробатики	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
18	Совершенствование техники кувырка вперед. Развитие координационных, скоростно – силовых способностей в круговой	Комбинированной	1	Как правильно выполнять задания круговой тренировки? Цели: учить правильно выполнять задания круговой	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Научатся: - координировать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; -соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;	Текущий	

	тренировке			тренировки для закрепления учебного материала	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	-регулировать физическую нагрузку		
19	Совершенствование техники упражнения «стойка на лопатках»	Комбинированной	1	Как правила безопасного поведения необходимо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Текущий	
20	Развитие гибкости в упражнении «мост». Совершенствование выполнения упражнений акробатики в различных сочетаниях	Комбинированной	1	Корректировка техники выполнения упражнения «мост» Цели: развивать координационные способности, силу, ловкость в упражнениях поточной тренировки	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры в помещении; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
21	Обучение	Проведение	1	Каковы правила	Познавательные: ориентируются в	Научатся:	Контр	

	<p>ходьбе по гимнастической скамейке различными способами.</p> <p>Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя</p>	<p>рка и коррекция знаний и умений</p>		<p>выполнения наклонов различными способами?</p> <p>Цели: развивать координацию движений, равновесие в ходьбе по скамейке; развивать гибкость в наклоне из положения стоя</p>	<p>разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участие в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>-выполнять упражнения для развития ловкости и координации</p>	<p>оль двигательных качеств (наклоны из положения стоя)</p>	
22	<p>Развитие координации движений, ловкости, внимания в лазанье по наклонной лестнице, гимнастической скамейке. Игра на внимание «Запрещенное движение»</p>	<p>Изучение нового материала</p>	1	<p>Какие существуют упражнения для развития координации?</p> <p>Цели: совершенствовать умения перемещаться по горизонтальной и наклонной скамейке; Учить характеризовать физические качества: силу, координацию</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся: -перемещаться по горизонтальной и наклонной поверхности различными способами; -соблюдать правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями</p>	<p>Текущий</p>	
23	<p>Контроль двигательных</p>	<p>Проверка и</p>	1	<p>Какие качества развиваются при</p>	<p>Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу;</p>	<p>Научатся: -выполнять серию</p>	<p>Контроль</p>	

	качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Разучивание подвижной игры «Конники-спортсмены»	коррекция знаний и умений		подтягивании на перекладине? Цели: учить выполнять прямой хват при подтягивании; совершенствовать акробатические упражнения – перекаты, «стойку на лопатках»	контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, контролируют действия партнера. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; Умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	акробатических упражнений» -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	двигательных качеств в (подтягивание из виса лежа)	
24	Развитие равновесия в упражнениях «цапля», «ласточка». Разучивание игры «Прокати быстрее мяч»	Комбинированная	1	Как выполнять упражнения в равновесии? Цели: учить выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: -выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; -организовывать и проводить подвижные игры	текущий	
25	Обучение висам углом на перекладине и гимнастической стенке. Развитие внимания,	Комбинированная	1	Висы углом на перекладине и гимнастической стенке. Цели: учить правильному положению при	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый	Научатся: -выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; -характеризовать роль и значение уроков физической культуры	Текущий	

	памяти, координации движений в подвижной игре «Что изменилось?»			выполнении вису углом	контроль. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	для укрепления здоровья		
26	Объяснение значения физкультминутки для укрепления здоровья, принципов их построения. Совершенствование кувyrка вперед	Изучение нового материала	1	Правила составления комплекса упражнений для физкультминуток и. Цели: учить принципам построения физкультминуток и; развивать координацию движений при выполнении кувyrка вперед	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -самостоятельно составлять комплекс упражнений для физкультминуток; -выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Текущий	
27	Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед из положения стоя, сидя на полу,	Комбинированный	1	Как развить гибкость тела? Цели: учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера;	Научатся: -самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

	упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие прыгучести в эстафете «Веровочка под ногами»				договариваются о распределении функции и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
28	Развитие координации движений, внимания, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Обучение упражнениям с гимнастическими палками. Разучивание упражнений эстафеты с гимнастическими палками	Изучение нового материала	1	Правила проведения разминки с гимнастическими палками. Какие существуют строевые команды? Цели: учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться четкого и правильного выполнения	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: -правильно оценивать дистанцию и интервал в строю, ориентироваться в пространстве; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
29	Объяснение значения правил безопасности в подвижных играх. Развитие координации движений,	Комбинированный	1	Какие действия в игре чаще всего приводят к травмам? Цели: учить выполнять правила игры, Контролировать свои действия и	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Научатся: - выполнять серию упражнений акробатики; - соблюдать правила безопасного поведения в подвижной игре	Текущий	

	ловкости, внимания в упражнениях акробатики			наблюдать за действиями других игроков	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника			
30	Объяснение значения закаливания для укрепления здоровья и способов закаливания. Обучение правилам страховки	Изучение нового материала	1	Какие существуют способы закаливания? Цели: учить выполнению правил страховки и помощи при выполнении упражнений	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - самостоятельно подбирать методы и приемы закаливания; - Выполнять упражнения со страховкой партнера	Текущий	
31	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях полосы препятствий. Игра «Ноги на весу»	Комбинированный	1	Организационные правила безопасной полосы препятствий. Цели: развивать равновесие и координацию в ходьбе по скамейке с перешагиванием предметов, по тонкой линии.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются в распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют	Научатся: - выполнять упражнения на гимнастической скамейке; - соблюдать правила безопасного поведения в упражнениях полосы препятствий	Текущий	

				Проползая и перелезая через препятствия	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
32	Совершенство прыжков со скакалкой. Игра «Удочка»	Применение знаний, умений	1	Какие качества развивают прыжки со скакалкой? Цели: учить выполнять прыжки со скакалкой различными способами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения прыжков со скакалкой	Текущий	
33	Разучивание игровых действий эстафет обручем, скакалкой. Обучение выполнению строевых команд различных ситуациях	Комбинированный	1	Как правильно передать и принять эстафету? Цели: учить выполнять бег и прыжки в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с обручем и скакалкой; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	

34	Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гимнастической стенке. Разучивание комплекса упражнений для формирования правильной осанки	Комбинированный	1	Как развивать выносливость и быстроту? Цели: закрепить навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке; контролировать осанку	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	Научатся: - распределять свои силы во время лазанья и перелезания по гимнастической стенке; - выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки	Текущий	
35	Совершенствование упражнений гимнастики «стойка на лопатках», «мост», «лодочка», «рыбка». Развитие выносливости в упражнениях полосы препятствий	Комбинированный	1	Как развивать выносливость при преодолении полосы препятствий? Цели: учить соблюдать правила безопасного поведения в упражнениях полосы препятствий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики	Текущий	
36	Совершенствование навыков	Применение	1	Как безопасно перемещаться по	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.	Научатся: - соблюдать правила	Текущий	

	перемещения по гимнастическим стенкам, кувырки вперед. Подвижная игра «Ноги на весу»	знаний и умений		гимнастическим стенкам? Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке	Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой		
37	Развитие силы, выносливости в лазанье по канату. Совершенствование упражнений с гимнастическими палками. Разучивание игры «веревочка под ногами»	Комбинированный	1	Какие правила безопасности нужно соблюдать при выполнении лазанья по канату? Цели? Закреплять навык выполнения разминки с гимнастическим и палками	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решений задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять лазанье по канату в три приема; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	
38	Ознакомление с правилами безопасности в упражнениях с мячами. Разучивание обще-развивающих упражнений с мячами. Совершенствование	Изучение нового материала	1	Как развивать выносливость и быстроту? Цели: учить быстрому движению при броске мяча; развивать двигательные качества, выносливость,	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию	Научатся: - выполнять броски и ловлю мяча разными способами; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	

	вание броска и ловли мяча. Подвижная игра «Вышибалы»			быстроту при проведении подвижных игр	партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
39	Обучение броскам и ловле мяча в паре. Подвижная игра «Мяч соседу»	Комбинированный	1	Как правильно ловить мяч после броска партнера? Цели: учить взаимодействовать с партнером во время броска и правильной ловли мяча	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - соблюдать правила взаимодействия с партнером; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	
40	Обучение различным способам бросков мяча одной рукой. Разучивание подвижной игры «Мяч среднему»	Комбинированный	1	Какие способы бросков мяча одной рукой? Цели: учить бросать мяч одной рукой и попадать в цель	Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - технически правильно выполнять бросок мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

41	Обучение упражнениям с мячом у стены. Подвижная игра «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Правила ловли отскочившего от стены мяча. Цели: учить правильно ставить руки при ловле мяча	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять броски в стену и ловлю мяча на месте и в движении	Текущий	
42	Обучение технике ведения мяча на месте, в движении по прямой, по дуге. Подвижная игра «Мяч из круга»	Изучение нового материала	1	Как правильно выполнять ведение мяча? Цели: учить выполнять ведение мяча на месте и в движении, контролировать свое эмоциональное состояние во время игры	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - отбивать мяч от пола на месте и в движении; - характеризовать роль и значение занятий физкультурой для укрепления здоровья	Текущий	
43	Совершенство вание техники выполнения бросков мяча в кольцо способом	Комбинированный	1	Техника выполнения бросков мяча в кольцо. Цели: закреплять навык	Познавательные: ставят и формулируют проблемы: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют	Научатся: - бросать мяч в цель с правильной постановкой рук; - выполнять упражнение, добиваясь конечного	Текущий	

	«снизу». Подвижная игра «Мяч соседу»			выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу»	установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	результата		
44	Совершенство вание техники выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» Подвижная игра «Бросок мяча в колонне»	Комбинированный	1	Какие бывают способы выполнения бросков мяча в кольцо? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху»	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо способом «сверху»; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
45	Обучение баскетбольным упражнениям с мячом в парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колонах»	Изучение нового материала	1	Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага? Цели: учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения, после	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где производится действие с мячом. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом	Текущий	

				приема мяча от партнера	распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника			
46	Обучение ведению мяча с передвижением приставными шагами. Подвижная игра «Антивышибалы»	Изучение нового материала	1	Каким боком удобнее передвигаться при ведении мяча правой рукой? Цели: развивать ловкость и координацию при выполнении ведения мяча в движении	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - отбивать мяч от пола, передвигаясь приставным шагом; - выполнять остановку прыжком	Текущий	
47	Совершенство вание бросков набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами»	Комбинированный	1	Как выполнять бросок набивного мяча на дальность? Цели: правильно выполнять движения руками при броске набивного мяча	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей ; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научатся: - бросать мяч в цель с правильной постановкой рук	Текущий	

					Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
48	Контроль двигательных качеств: бросок набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: учить правильно выполнять бросок набивного мяча	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - Технически правильно выполнять бросок набивного мяча; - взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом	Контроль двигательных качеств в (бросок и набивного мяча)	
49	Объяснение правил безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Разучивание игры «По местам»	Изучение нового материала	1	Какие команды следует знать при переносе и надевании лыж? Цели: учить выполнять команды с лыжами в руках, в переносе лыж; выполнять движение на лыжах	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Научатся: - технически правильно выполнять движение на лыжах; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	

					упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
50	Закрепление навыков ходьбы на лыжах разными способами. Игра «Перестрелка»	Комбинированный	1	Как правильно надевать лыжи, проверять крепления? Цели: совершенствовать технику ступающего и скользящего шага на лыжах без палок	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - технически правильно выполнять ходьбу и повороты на лыжах приставными шагами	Текущий	
51	Развитие координационных, скоростных и силовых способностей во время прохождения дистанции на лыжах. Обучение поворотам на месте, переступанием вокруг носков	Комбинированный	1	Как выполнять обгон на дистанции? Цели: учить падению на бок на месте и в движении под уклон	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Научатся: - передвигаться на лыжах по дистанции; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физической культурой	Текущий	

	и пяток				упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
52	Совершенство вание умения передвигаться скользящим шагом по дистанции до 1000м. Разучивание игры: Охотники и олени»	Применение знаний и умений	1	Как правильно носить лыжи? Цели: развивать выносливость, закрепить умение распределять силы на дистанции	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -передвигаться свободным скользящим шагом; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
53	Обучение на лыжах подъему различными способами, спуску в основной стойке и торможению палками	Изучение нового материала	1	Как правильно работать лыжными палками? Цели: развивать координационные способности при спуске на лыжах; Учить выполнять на лыжах повороты и шаги в сторону приставными шагами	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Научатся: -выполнять на лыжах подъем всеми изученными способами	Текущий	

					целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми			
54	Совершенство навыка спуска на лыжах в основной стойке и подъема на небольшое возвышение. Подвижная игра «Кто дальше прокатится на лыжах»	Комбинированный	1	Как правильно провести разминку перед прохождением дистанции? Цели: развивать скоростно-силовые способности; корректировать технику продвижения на лыжах	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: -технически правильно выполнять спуск и подъем на лыжах; -организовывать и проводить подвижные игры на улице	Текущий	
55	Освоение техники лыжных ходов. Обучение по переменному двухшажному ходу на лыжах без палок и с палками.	Изучение нового материала	1	Какой интервал необходимо соблюдать при очередном старте на лыжах? Цели: развивать ловкость, силу, скорость при ходьбе на лыжах	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при	Научатся: -технически правильно выполнять лыжные ходы; -держат интервал при передвижении на лыжах	Текущий	

					общении со сверстниками и взрослыми			
56	Обучение поворотам приставными шагами. Совершенство вание спуска на лыжах в основной стойке и подъема. Торможения падением	Комбинированный	1	Как избежать столкновения при спуске с горки? Цели: развивать координационные способности при спуске на лыжах	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: -выполнять повороты на лыжах изученными способами	Текущий	
57	Совершенство вание поворотов на месте переступанием вокруг носков и пяток на лыжах. Обучению падению на бок на месте и в движении под уклон. Игра «День и ночь»	Комбинированный	1	В каких случаях применяются торможение падением на лыжах? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: -выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами	Текущий	

58	Совершенство умения передвигаться скользящим шагом по дистанции до 1000м. Подвижная игра «Охотники и олени»	Комбинированный	1	Как распределять силы при передвижении на лыжах на больших дистанциях? Цели: развивать выносливость в передвижениях на лыжах на большое расстояние	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -передвигаться на лыжах свободным скользящим шагом	Текущий	
59	Совершенство подъема на лыжах. Развитие выносливости в движении на лыжах на дистанции до 1500 м	Комбинированный	1	Какие бывают способы подъема на склон? Цели: совершенствовать навык передвижения на лыжах на подъеме; развивать силу, выносливость, координацию движений	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -передвигаться на лыжах по дистанции с подъемами и спусками	Текущий	
60	Развитие внимания, двигательных качеств	Применение знаний и	1	Как самостоятельно выполнять движение на	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют	Научатся: -технически правильно выполнять ходьбу на лыжах разными	Текущий	

	посредством подвижных игр на лыжах и без лыж. Разучивание подвижной игры «На буксире»	умений		лыжах? Цели: закрепить навыки лыжной подготовки	учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	способами; -соблюдать правила взаимодействия с игроками		
61	Обучение передаче мяча в парах. Подвижная игра «Мяч из круга»	Комбинированный	1	Правила безопасности на уроках в спортивном зале с мячами. Цели: учить выполнению бросков и ловле волейбольного мяча двумя руками над головой	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой	Текущий	
62	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Игра «Перекинь»	Изучение нового материала	1	Какие бывают игры с мячом на площадке с сеткой? Цели: учить выполнять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей;	Научатся: -технически правильно выполнять броски мяча через сетку	Текущий	

	мяч»			броски мяча через сетку и ловлю высоко летящего мяча	осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
63	Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Разучивание подвижной игры «Выстрел в небо»	Изучение нового материала	1	Правила игры в пионербол. Цели: учить правильно ставить руки при бросках и ловле мяча	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу	Текущий	
64	Обучение подаче двумя руками из-за головы. Игра в пионербол	Комбинированный	1	Как перемещаться на площадке? Цели: учить подавать мяч через сетку; выполнять команду при перемещении по	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему	Научатся: -выполнять подачу мяча через сетку; -перемещаться по площадке по команде «переход»	Текущий	

				площадке	решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности			
65	Обучение передаче мяча через сетку одной рукой. Игра в пионербол	Комбинированный	1	Как ведется счет в игре пионербол? Цели: учить подавать мяч через сетку одной рукой	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: -выполнять броски мяча через сетку различными способами; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
66	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра в пионербол	Комбинированный	1	Как добиться командной победы? Цели: учить играть в команде	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность,	Научатся: -ловить высоко летящий мяч; -взаимодействовать в команде; -оценивать и контролировать игровую ситуацию	Текущий	

					трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
67	Совершенство подачи, передачи бросков и ловли мяча через сетку. Игра в пионербол	Комбинированный	1	Правила подачи и передачи мяча через сетку. Цели: учить играть в пионербол в соответствии с правилами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры с мячом; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
68	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по прямой линии	Изучение нового материала	1	Какие правила безопасности во время игры в футбол? Цели: учить ведению мяча ногами; навыкам безопасного обучения элементам футбола	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Научатся: -технически правильно выполнять ведение мяча ногами; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физической культурой	Текущий	

69	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по дуге с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	Комбинированный	1	Как распределить роли игроков футбольной команды? Цели: учить ведению мяча ногами различными способами	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять ведение мяча ногами по дуге различными способами; -самостоятельно распределять роли игроков в команде	Текущий	
70	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками с обводкой стоек. Разучивание игры «Слалом с мячом»	Изучение нового материала	1	Какие нарушения бывают при игре в футбол, приводящие к травмам? Цели: учить играть в футбол в соответствии с правилами безопасности	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: -организовывать и проводить игру с элементами футбола; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

71	Обучение умению останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	Изучение нового материала	1	Что такое пенальти и за что его назначают? Цели: учить технике ведения и остановки мяча; взаимодействовать с партнером в игре футбол	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: -играть в футбол в штрафной площадке по правилам безопасного поведения	Текущий	
72	Обучение передаче и приему мяча ногами в паре на месте и в продвижении Разучивание игры «Бросок ногой»	Комбинированный	1	Какие обязанности у капитана команды? Цели: учить технике передачи мяча в паре	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -технически правильно выполнять элементы игры в футбол; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
73	Броски малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол	Комбинированный	1	Как рассчитать силу броска мяча? Цели: учить броскам малого мяча в горизонтальную цель	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия;	Научатся: -технически правильно выполнять бросок малого мяча в горизонтальную цель	Текущий	

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности			
74	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель. Игра «Быстрая подача»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как контролировать развитие двигательных качеств? Цели: учить выполнять броски мяча	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: - метать мяч в цель с правильной постановкой руки	Контроль двигательных качеств (бросок и малое мяча)	
75	Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад. Подвижная игра «Посадка картофеля»	комбинированный	1	Как совершенствовать выполнение кувырка назад? Цели: развивать внимание, ловкость, координацию при выполнении кувырков	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -технически правильно выполнять различные виды кувырков; -организовывать и проводить подвижную игру	Текущий	

76	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Игра «Ноги на весу»	Комбинированный	1	Что общего при выполнении различного вида стоек? Цели: закрепить навык самостоятельного выполнения упражнений акробатики поточным методом	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -технически правильно выполнять стойку на лопатках, на голове, на руках у опоры	Текущий	
77	Развитие внимания, мышления, координационных способностей в упражнениях с гимнастическими палками. Развитие ловкости в игре-эстафете с гимнастическими палками	Применение знаний и умений	1	Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическим и палками. Цели: закрепить навык выполнения общеразвивающих упражнений в группе	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Научатся: -выполнять общеразвивающие упражнения в группе различными способами; -самостоятельно вести подсчет общеразвивающих упражнений	Текущий	
78	Развитие координационных способностей в упражнениях	Комбинированный	1	Как правильно выполнять стойку на руках у опоры и без нее?	Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные	Научатся: -технически правильно выполнять стойку на руках; -самостоятельно	Текущий	

	акробатики. Игра с мячами «Передал- садись»			Цели: учить стойке на руках у стены и со страховкой партнера	качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	проводить разминку в движении парами		
79	Совершенство вание упражнений акробатики поточным методом. Развитие силы, ловкости в круговой тренировке. Игра «Ноги на весу»	Применение знаний, умений	1	Акробатические упражнения в различных сочетаниях. Цели: развивать скоростные качества, ловкость, внимание в акробатических упражнениях и круговой тренировке	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущ ий	
80	Развитие координационных способностей посредством выполнения упоров на	Комбинированный	1	Какова этапность обучения стойкам на голове и руках? Цели: развивать координацию в	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей;	Научатся: -выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущ ий	

	руках. Игра «Пустое место»			упорах на руках	осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
81	Совершенство прыжка в длину с места. Игра «Коньки – горбунки»	Комбинированный	1	Индивидуальные показатели физического развития и двигательных качеств. Цели: учить правильно выполнять прыжок в длину с места	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	
82	Обучение упражнениям акробатики в заданной последовательности. Развитие силовых качеств	Комбинированный	1	Способы развития силовых качеств. Цели: учить выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: -выполнять упражнения для развития силовых качеств; -соблюдать правила безопасного поведения в упражнениях акробатики	Текущий	

					Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях			
83	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Коньки – горбунки»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Правила выполнения подтягивания из виса лежа. Цели: учить правильно выполнять подтягивание туловища из положения лежа, сгибание и разгибание рук лежа	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -Выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (подтягивание)	
84	Акробатические упражнения для развития равновесия. Подвижная игра «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Способы развития равновесия. Цели: учить упражнениям акробатики, направленным на развитие равновесия	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять акробатические упражнения различными способами	Текущий	

85	Развитие силовых качеств в упражнениях с гантелями. Подвижная игра «Заморозки»	Комбинированный	1	Какие качества развиваются при выполнении упражнений с гантелями? Цели: учить выполнять упражнения с гантелями различными способами; коррекция свода стопы	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -выполнять упражнения с гантелями различными способами	Текущий	
86	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Способы развития гибкости. Цели: учить выполнять наклон вперед из положения стоя	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять упражнения для развития гибкости различными способами	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
87	Контроль за развитием	Проверка и	1	Как стать выносливым?	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные	Научатся: -выполнять упражнения	Контроль	

	двигательных качеств: подъем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Игра «Правильный номер с мячом»	коррекция знаний и умений		Цели: закрепить навык подъема туловища из положения лежа на спине	цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	по образцу учителя и показа лучших учеников; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	двигательных качеств (подъем туловища)	
88	Развитие координационных качеств, гибкости, ловкости в акробатических упражнениях. Разучивание игровых действий эстафет. Игра «Перетяжки»	Комбинированный	1	Как правильно передать и принять эстафету? Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах; -соблюдать требования техники безопасности при проведении эстафет	Текущий	
89	Развитие выносливости посредством бега, прыжков, игр. Подвижная	Комбинированный	1	Каковы правила развития выносливости? Цели: развивать выносливость в ходьбе, беге,	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют	Научатся: -распределять свои силы во время продолжительного бега; развивать способности различными способами и	Текущий	

	игра «День и ночь»			прыжках, играх	установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	понимать значение этого качества для человека		
90	Обучение положению низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	Комбинированный	1	При каком виде бега применяется низкий старт? Цели: закрепить навык положения низкого старта; развивать скоростные качества	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -технически правильно выполнять положение низкого старта и стартовое ускорение	Текущий	
91	Развитие силы (прыгучесть) в прыжках в длину с места и с разбега. Эстафета «Кто дальше прыгнет?»	Комбинированный	1	Как выполнять прыжок в длину с разбега? Цели: закрепить технику прыжка с разбега	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в	Научатся: -выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления	Текущий	

					общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
92	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Обучение прыжкам через низкие барьеры	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения прыжка в длину с места? Цели: развивать прыгучесть в прыжках в длину с места, развивать ловкость и координацию в беге с барьерами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять упражнения на развитие физических качеств (прыгучести, быстроты, ловкости); осуществлять прыжки через низкие барьеры во время бега	Контроль двигательных качеств в(прыжок в длину с места)	
93	Развитие скорости в беге на 30 м с низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	Комбинированный	1	Какова техника низкого старта? Цели: повторить бег на короткую дистанцию, развивать скоростные качества	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	

94	Правила безопасного поведения на уроках физкультуры. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила безопасности для сохранения своего здоровья? Цели: провести тестирование бега на 30 м, учить правилам соблюдения безопасности во время занятий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
95	Совершенство вание метания теннисного мяча на дальность. Разучивание игры «Точно в мишень»		1	Как технически правильно выполнить метание? Цели: учить правильной постановке рук и ног при метании мяча в цель, учить правильной постановке рук и ног при метании мяча на дальность	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Текущий		

96	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. Подвижная игра «3 мячом противника»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения метания? Цели: учить быстрому движению при броске малого мяча; развивать двигательные качества, выносливость, быстроту при проведении подвижных игр	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: -организовывать места занятий подвижными играми и эстафетами; -выполнять правила безопасного поведения во время игр и эстафет	Контроль двигательных качеств (метание)
97	Контроль пульса. Совершенствование строевых упражнений		1	Как проводить подсчет пульса? Цели: учить проводить подсчет пульса на запястье, повторить организующие строевые команды и приемы	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять подсчет пульса на запястье; -выполнять размыкание в шеренге на вытянутые руки и смыкание	Текущий
98	Контроль за развитием двигательных	Проверка и корре	1	Как совершенствовать бросок и ловлю	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют	Научатся: -технически правильно выполнять бросок и	Контроль двигательных

	качеств: челночный бег 3*10 м. Игра в пионербол	кция знани й и умени й		мяча? Цели: закрепить навык выполнения бросков и правильной ловли мяча	учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные : договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	ловлю мяча; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	ельны х качест в (челно чный бег)	
99	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенство вание броска и ловли мяча. Игра в пионербол	Приме нений знани й и умени й	1	Как совершенствоват ь бросок и ловлю мяча? Цели: закрепить навык броска и правильной ловли мяча	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Научатся: -технически правильно выполнять бросок и ловлю мяча при игре в пионербол; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущ ий	
100	Развитие выносливости и быстроты в упражнениях круговой	Приме нений знани й и умени	1	Как развивать выносливость и быстроту? Цели: учить быстрому	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его	Научатся: -распределять свои силы во время продолжительного бега; -выполнять упражнения	Текущ ий	

	тренировки. Игра «Вызов номеров»	й		движению при выполнении заданий круговой тренировки	завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	по профилактике нарушений осанки		
101	Развитие внимания, ловкости, координации движений в эстафетах с бегом, прыжками и метанием	Применений знаний и умений	1	Какие качества развиваются в эстафетах? Цели: учить выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: -выполнять упражнения для развития ловкости и координации движений в различных ситуациях	Текущий	
102	Совершенствование игр «Замечание противника», «Вышибалы», пионербол	Комбинированный	1	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? Цели закреплять умения и навыки	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Научатся: -называть игры и формулировать их правила; -организовывать и проводить подвижные игры на воздухе и в помещении	Текущий	

				<p>правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств</p>	<p>условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартны ситуациях</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					Универсальные учебные действия	Предметные знания		
1	Правила техники безопасности на уроках ФК. Содержание комплекса утренней зарядки. Подвижная игра «Салки-догонялки»	Комбинированный	1	Как вести себя на уроках? Цель: напомнить правила поведения на уроках; учить слушать и выполнять команды	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках ФК, выполнять комплекс УГГ.	Текущий	
2	Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном 2-х мин. беге. Подвижная игра «Ловишка»	Изучение нового материала	1	Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма? Цель: развивать умение выполнять команды, выносливость в беге; учить правильной технике прыжков в длину с места	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.	Научатся: - самостоятельно выполнять комплекс УГГ; - технически правильно отталкиваться и приземляться.	Текущий	

3	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. игра «Салки с домом»	Комбинированный	1	Где и как выполняется построение в начале урока? Цель: закрепить навык построения в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег н 30м.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - разминаться, применяя специальные беговые упражнения	Текущий	
4	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3x10м. разучивание игры «Ловишка с лентой»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Что такое челночный бег? Корректировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? Цель: учить правильной технике бега.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; -технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
5	Объяснение понятия «пульсометрия». Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Подвижная игра «Удочка».	Изучение нового материала	1	Как прыгать вверх на опору? Цель: учить выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила без-ти во время приземления	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; -соблюдать правила вз-ия с игроками.	Текущий	
6	Особенности развития ФК у народов Древней Руси. Развитие	Проверка и коррекция	1	Какая польза от занятий физической культурой?	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения	Научатся: – характеризовать роль и значение уроков	Контроль двигатель-	

	внимания, координации, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Удочка»	знаний и умений		Цель: учить выполнять строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	ных качеств (прыжок в длину с места)	
7	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	Изучение нового материала	1	Правила выполнения метания малого мяча (мешочка) на дальность с трех шагов разбега. Цель: учить правильной технике метания предмета.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании	Текущий	
8	Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Правила метания малого мяча. Цель: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

	противника»			упражнений с мячом				
9	Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью человека. Обучение броскам и ловле набивного мяча в парах.	Изучение нового материала	1	Разновидности трудовой деятельности человека. Цель: учить выполнять броски и ловлю набивного мяча; взаимодействовать с партнером	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: – характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - соблюдать правила взаимодействия с партнером	Текущий	
10	Обучение метанию набивного мяча от плеча одной рукой. Развитие выносливости, координации движений в беге с изменением частоты шагов. Игра «Два Мороза»	Изучение нового материала	1	Метание набивного мяча одной рукой от плеча. Цель: развивать силу, координационные способности при метании мяча от плеча одной рукой.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении со сверстниками и взрослыми. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: – выполнять бег с изменением частоты шагов, с различным ритмом и темпом; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	
11	Развитие выносливости в беге в медленном темпе в течение 5 минут. Разучивание беговых	Комбинированный	1	Как распределить силы на дистанции? Цель: развивать выносливость и силу при выполнении медленного бега	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения пятиминутного бега; - оценивать величину	Текущий	

	упражнений в эстафете				Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	нагрузки по частоте пульса		
12	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на дистанцию 30м. разучивание игры «Третий лишний»	Комбинированный	1	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Цель: развивать внимание, скорость, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой темпа	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
13	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м с высокого старта. Развитие координационных качеств посредством игр. Подвижная игра «Третий лишний»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как правильно стартовать и финишировать в беге? Цель: развивать координационные способности, силу, скорость при выполнении беговых упражнений	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	Контроль двигательных качеств (бег 30м)	
14	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого	Комбинированный	1	Прыжок в длину с разбега. Цель: развивать скоростно-силовые качества мышц ног в прыжках с разбега	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	Текущий	

	разбега							
15	Совершенствование прыжка в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Игра со скакалкой «Пробеги с прыжком»	Изучение нового материала	1	Как правильно отталкиваться при выполнении прыжка в длину с разбега? Цели: учить отталкиванию без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; - выполнять безопасное приземление	Текущий	
16	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Развитие ловкости в игре со скакалкой «пробеги с прыжком»	Комбинированный	1	Скоростные и силовые качества. Цели: развивать скоростно-силовые качества в прыжках в длину с разбега и со скакалкой	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	
17	Правила безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Развитие координационных способностей посредством ОРУ. Игра.	Комбинированный	1	Правила безопасности в спортивном зале. Цели: развивать координационные способности в ОРУ с гимнастическими палками.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий; - выполнять упр. с гимнастическими палками	Текущий	
18	Развитие	Провер	1	Развивать	Познавательные: ориентируются в разнообразии	Научатся: -	Конт	

	внимания и координационных способностей в перестроениях в движении. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища за 30сек. Игра.	ка и коррекция знаний и умений		ориентировку в пространстве в перестроениях в движении. Цель: закрепить навык выполнения подъема туловища на время	способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	правильно выполнять перестроения для развития координации движений; соблюдать правила взаимодействия с игроками	роль двигательных качеств (подъем туловища)	
19	Развитие силы, координационных способностей в упражнении «вис на гимнастической стенке на время». Игра.	Комбинированный	1	Какими способами развивают координационные способности? Цели: учить выполнять упражнение «вис на гимнастической стенке на время»	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника;	Научатся: творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	-	Текущий
20	Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	Комбинированный	1	Как технически правильно выполнять перекаты? Цели: закрепить навык выполнения прост. элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника;	Научатся: технически правильно выполнять перекаты в группировке; -организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий
21	Совершенствование выполнения	Комбинированный	1	Как правильно выполнять	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач;	Научатся: выполнять	-	Текущий

	кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки	рованный		кувырок вперед? Цели: развивать координационные способности, учить контролировать физическое состояние при выполнении упражнений круговой тренировки	Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	упражнения для развития ловкости и координации		
22	Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках». Подвижная игра.	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на уроках гимнастики. Цели: учить выполнять упражнения со страховкой	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника;	Научатся: - технически правильно выполнять «стойку на лопатках»; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий	
23	Совершенствование выполнения упражнений, обучение упражнениям акробатики в различных сочетаниях. Развитие ориентировки в пространстве в построениях и	Изучение нового материала	1	Какова этапность выполнения упражнения «мост»? Цели: закрепить навык выполнения упражнений поточным методом; учить правильно размыкаться в шеренге на	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: – выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	

	перестроениях.			вытянутые руки по кругу				
24	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством упражнений круговой тренировки.	Комбинированный	1	Правила выполнения наклона вперед из положения стоя. Цели: учить выполнять упражнения круговой тренировки разной функциональной направленности	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: – соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений круговой тренировки.	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
25	Развитие координации в ходьбе противходом и «змейкой». Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку. Игра на внимание «Класс, смирно!»	Комбинированный	1	Как развивать ловкость и координацию? Цели: учиться перемещаться по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: – выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	
26	Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой	Проверка и коррекция знаний	1	Как развивать силу? Цели: закрепить навык правильного выполнения	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей.	Научатся: – выполнять упражнения для развития силы и ловкости	Контроль двигательных качеств	

	перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). ПИ.	и умений		прямого хвата при подтягивании	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника;		качество (подтягивание на перекладине)	
27	Совершенствование выполнения упражнений в равновесиях и упорах. Разучивание игры «Прокати быстрее мяч»	Комбинированный	1	Развитие равновесия. Цели: закрепить навык выполнения упражнений в равновесиях и упорах, учить выполнять упражнения подвижных игр разной функциональной направленности	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: – выполнять упражнения в равновесии на опоре (низкое бревно, гимнастическая скамейка); - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
28	Обучение положению ног углом в висе на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Что изменилось?»	Изучение нового материала	1	Какова этапность при выполнении виса на перекладине и гимнастической стенке? Цели: учить правильному выполнению упражнений на укрепление брюшного пресса	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; - соблюдать правила взаимодействия с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
29	Ознакомление с	Изучение	1	Как составить	Познавательные: ориентируются в разнообразии	Научатся: -	Теку-	

	видами физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Совершенствование кувырков вперед	ие нового материала		комплекс упражнений для физкультминутки? Цели: учить понимать принципы построения физкультминутки; развивать координацию в кувырках вперед.	способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультминутки; -технике движения рук и ног в кувырках	щий	
30	Развитие гибкости в упражнениях на гимнастических снарядах. Развитие внимания, ловкости и координации в эстафете «Веревочка под ногами». Совершенствование кувырка вперед.	Применение знаний и умений	1	Как развивать гибкость тела? Цели: учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях и сочетаниях	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой.	Текущий	
31	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимн. палками и со скакалкой. Развитие координационных способностей в эстафетах с	Комбинированный	1	Какие существуют строевые команды? Правила безопасного поведения в разминке с гимн. палками. Цели: учить выполнять упражнения по команде;	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со	Научатся: - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой	Текущий	

	гимн. палками. ПИ «Удочка»			развивать координационные способности в играх и эстафетах	сверстниками и взрослыми.			
32	Развитие внимания, скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр. Совершенствование упражнений акробатики	Применение знаний и умений	1	Правила безопасного поведения в подвижных играх. Цели: учить выполнять упражнения акробатики в комбинации из двух-трех упражнений	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; контролировать свои действия в игре и наблюдать за действиями других игроков.	Текущий	
33	Правила выполнения упр. с мячом. Обучение ОРУ с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Вышибалы»	Комбинированный	1	Постановка рук и ног при выполнении броска и ловли мяча разными способами. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	
34	Совершенствование бросков и ловли мяча в паре. Разучивание	Комбинированный	1	Как выполнять броски и ловлю мяча с партнером разными способами? Цели:	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей.	Научатся: - технически правильно выполнять броски и ловлю	Текущий	

	игры «Мяч соседу»			развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом в паре.	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	мяча различными способами; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников		
35	Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. ПИ «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Способы бросков мяча одной рукой. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска мяча одной рукой	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; -точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг).	Текущий	
36	Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных способностей в упражнениях с мячом у стены. ПИ «Охотники и утки»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в стену в движении? Цели: учить выполнять броски мяча в стену в продвижении вдоль стены с ловлей отскочившего от стены мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий ФК	Текущий	
37	Совершенствование броска и ловли мяча.	Комбинированный	1	Как совершенствовать технику ведения мяча?	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку	Научатся: - выполнять ведение мяча	Текущий	

	Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты ведения мяча в движении. ПИ «Мяч из круга»	ный		Цели: закреплять навык ведения мяча на месте и в продвижении.	учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	различными способами		
38	Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в корзину способом «снизу» после ведения? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения; - добиваться достижения конечного результата	Текущий	
39	Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	Комбинированный	1	Какие бывают способы выполнения бросков мяча в корзину? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показа лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо	Текущий	

40	Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в парах. Подвижная игра «Гонка мячей в колоннах»	Комбинированный	1	Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага? Цели: учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения и приема мяча от партнера	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий	
41	Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. Подвижная игра «Антивышибалы»	Комбинированный	1	Развитие координационных способностей. Цели: закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	Познавательные: ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком.	-	Текущий	
42	Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами».	Комбинированный	1	Каким способом выполнять бросок набивного мяча на дальность? Цели: закреплять навык бросков набивного мяча разными способами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и	Научатся: - технически правильно выполнять броски набивного мяча; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	-	Текущий	

					взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.			
43	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Обучение игре «Вышибалы двумя мячами»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какова этапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? Цели: закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча	-	Текущий
44	Совершенствование ведения мяча и броска мяча в корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину	Комбинированный	1	Как определить расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага после ведения и последующего броска мяча? Цели: закрепить навык броска мяча в корзину после ведения и остановки в два шага.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: самостоятельно определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском.	-	Текущий
45	Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие	Комбинированный	1	Какие действия предпринять при обводке противника? Цели: учить	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	Научатся: выполнять ведение мяча с изменением направления	-	Текущий

	координационных способностей в эстафетах с ведением мяча			ведению мяча с изменением направления с обводкой партнера и в эстафетах	действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	зигзагом и вокруг стоек в эстафетах		
46	Совершенствование ведения мяча с остановкой в два шага. Обучение поворотам с мячом на месте и передача мяча партнеру. Разучивание игры «попади в кольцо»	Изучение нового материала	1	Правила взаимодействия в игре с элементами баскетбола. Цели: учить ведению мяча, остановке в два шага, поворотам с мячом на месте и последующей передаче мяча партнеру.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с элементами баскетбола; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
47	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»	Комбинированный	1	Способы ведения мяча. Цели: закреплять навык ведения мяча с изменением направления	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	

48	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Разучивание эстафет с ведением и передачей мяча	Изучение нового материала	1	Разновидности спортивных игр с мячом. Цели: учить различать правила спортивных игр с мячом: футбола, волейбола, баскетбола; закреплять навыки ведения мяча с последующей передачей партнеру.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - давать характеристику, объяснять правила спортивных игр с мячом; - соблюдать правила проведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий	
49	Ознакомление с правилами спортивных игр. Правила безопасности на уроках. Разучивание игры «Перестрелка»	Изучение нового материала	1	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Цели: учить выполнять команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», «Лыжи снять!», «Очистить от снега!», «Лыжи скрепить!»	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря.	Текущий	
50	Совершенствование ходьбы на лыжах. Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный	1	Спортивная форма одежды для занятий лыжной подготовкой. Цели: закреплять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	Научатся: - самостоятельно подбирать форму одежды в соответствии с	Текущий	

				навык ступающего и скользящего шага; учить ходьбе и поворотам на лыжах приставными шагами.	действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	погодой; передвигаться ступающим шагом по дистанции.	-		
51	Совершенствование скользящего и ступающего шага на лыжах без палок. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в ходьбе на лыжах по дистанции 1км со средней скоростью.	Комбинированный	1	Как выполнять на лыжах обгон на дистанции? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - продвигаться по дистанции со средней скоростью; - выполнять обгон на дистанции.	-	Текущий	
52	Обучение технике спусков и подъемов на склоне в низкой стойке без палок. Прохождение дистанции 1км с раздельным стартом на время.	Изучение нового материала	1	Как правильно стартовать на лыжах? Цели: развивать выносливость и скоростно-силовые качества в ходьбе на лыжах	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - равномерно распределять свои силы в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км; -выполнять обгон на дистанции.	-	Текущий	
53	Обучение поворотам и приставным	Комбинированный	1	Как пройти на лыжах дистанцию без потери	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в	Научатся: - выполнять шаги на лыжах	-	Текущий	

	шагам при прохождении дистанции. Совершенствование спуска в основной стойке с торможением палками.	ный		времени? Цели: развивать координационные способности при поворотах и спусках на лыжах.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	различными способами при прохождении дистанции; - выполнять спуск и подъем на лыжах с палками.		
54	Разучивание различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. ПИ «Кто дальше прокатится»	Комбинированный	1	Как провести разминку перед прохождением дистанции на лыжах? Цели: корректировка техники торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - корректировать технику торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без.	Текущий	
55	Совершенствование техники лыжных ходов. Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах.	Комбинированный	1	Порядок действий при обгоне на лыжах. Цели: учить чередованию шагов на лыжах; развивать скоростно-силовые качества.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции.	Текущий	
56	Обучение поворотам на лыжах «упором».	Комбинированный	1	Как избежать столкновений при спуске с горки на лыжах? Цели:	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: - технически правильно выполнять на	Текущий	

	Совершенствование подъема на лыжах. Разучивание игры «Подними предмет»			учить поворотам «упором». Развитие координационных способностей при спуске.	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	лыжах повороты «упором».		
57	Совершенствование поворотов на лыжах на месте переступанием вокруг носков и пяток, поворотов «упором». Обучение падению на лыжах на бок под уклон на месте и в движении. Разучивание игры «Затормози до линии»	Комбинированный	1	В каких случаях применяется торможение падением? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий	
58	Совершенствование передвижения на лыжах с палками с чередованием шагов и хода во время прохождения дистанции 1000 м с раздельного старта на время. Разучивание игры «Охотники и олени»	Комбинированный	1	Как распределить силы в движении на лыжах на большие дистанции? Цели: учить выполнять движение на лыжах по дистанции 1000 м на время; закреплять навык передвижения на лыжах различными	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с чередованием хода.	Текущий	

				способами.				
59	Ознакомление с понятием «физическая нагрузка» и ее влияние на ЧСС. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1500 м и выполнении подъема.	Изучение нового материала	1	Какие бывают способы подъема на склон? Цели: закреплять навык передвижения на лыжах при выполнении подъема	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах подъемы и спуски при прохождении дистанции.	Текущий	
60	Развитие внимания, двигательных и координационных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж.	Применение знаний и умений	1	Как самостоятельно проводить занятия по лыжной подготовке? Цели: развивать внимание, ловкость, координацию при выполнении игровых упражнений на лыжах.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Текущий	
61	Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра	Комбинированный	1	Как избежать травмы на уроке физкультуры? Цели: закреплять навык выполнения бросков и ловли волейбольного мяча разными способами	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии;	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и	Текущий	

	«Охотники и утки»				договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.		
62	Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»	Комбинированный	1	Каким способом легче перекинуть мяч через сетку? Цели: закреплять выполнение бросков мяча через сетку, ловлю высоко летящего мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
63	Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо»	Изучение нового материала	1	Правила игры в пионербол. Цели: учить броскам мяча через сетку.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи.	Текущий	
64	Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в пионербол.	Комбинированный	1	Что означает команда «переход»? Цели: развивать координационные способности,	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и	Научатся: - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку	Текущий	

				глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	двумя руками из-за головы; - перемещаться по площадке по команде «переход».		
65	Обучение подаче мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол.	Комбинированный	1	Как ведется счет в пионерболе? Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
66	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол.	Комбинированный	1	Сколько передач выполняется в своей зоне? Цели: учить распределять роли игроков в командной игре.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Текущий	
67	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче мяча в	Комбинированный	1	Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в пионербол? Цели: развивать внимание, ловкость при	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по	Текущий	

	игре в пионербол.			выполнении игровых упражнений с мячом.	Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	образцу учителя и показу лучших учеников.		
68	Правила безопасного поведения на уроках с элементами футбола. Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой линии и по дуге.	Комбинированный	1	Для чего устанавливаются правила игры? Цели: закреплять навык ведения мяча внутренней и внешней частью ноги.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - технически правильно выполнять ведение мяча ногами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.	-	Текущий
69	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. ПИ «Гонка мячей»	Комбинированный	1	Распределение ролей игроков в командной игре. Цели: закреплять навык ведения мяча ногами различными способами.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - добиваться достижения конечного результата; - организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий
70	Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками.	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения при игре в футбол. Цели: развивать координационные способности	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с мячом элементами	-	Текущий

	Разучивание игры «Слалом с мячом»			ведением мяча ногой между стойками.	Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	футбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.	-		
71	Совершенствование остановки катящегося мяча внутренней частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	Комбинированный	1	За что назначается штрафной удар (пенальти) в игре в футбол? Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата.	-	Текущий	
72	Обучение передаче и приему мяча ногой в паре на месте и в движении. Разучивание игры «Жонглируем ногой»	Комбинированный	1	Как выполнить жонглирование мячом? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: технически правильно выполнять жонглирование ногой; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	-	Текущий	
73	Совершенствование броска малого мяча в горизонтальную	Комбинированный	1	Как попасть в цель? Цели: развивать координационные	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения в	-	Текущий	

	цель. Игра в мини футбол.			способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	броске мяча в цель		
74	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини футбол.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Броски мяча в горизонтальную цель. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - технически правильно выполнять броски малого мяча в горизонтальную цель.	Текущий	
75	Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическом бревне. Совершенствование кувырков вперед и назад. ПИ «Ноги на весу»	Изучение нового материала	1	Правила безопасности выполнения упражнений на гимнастических снарядах. Цели: учить упражнениям на гимнастическом бревне; развивать внимание, ловкость, координацию.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	
76	Обучение ходьбе по гимнастическом	Комбинирован-	1	Как правильно перемещаться по бревну? Цели:	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в	Научатся: - выполнять ходьбу по	Текущий	

	у бревну высотой 80-100 см на носках, приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры. ПИ «Заморозки»	ный		учить ходить по гимнастическому бревну; закреплять навык выполнения различных стоек.	действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	гимнастическом у бревну различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
77	Развитие внимания, мышления, координационных качеств в упражнениях с гимнастическим и палками. Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическим и палками.	Комбинированный	1	Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическими палками. Цели: закрепить навык выполнения общеразвивающих упражнений в группе.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения для развития координации движений в различных ситуациях.	Текущий	
78	Обучение ходьбе по гимнастическому у бревну высотой 80-100 см: повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком. Совершенствование упр. акробатики. Игра с мячами	Комбинированный	1	Как выполнять повороты на бревне? Цели: учить выполнять повороты на гимнастическом бревне различными способами; закреплять навык выполнения стойки на руках у стены со	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата.	Текущий	

	«Передал-садись»			страховкой партнера.	целей			
79	Обучение упражнениям на гимнастическом бревне: приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях. Разучивание комбинации упражнений с акробатическим и элементами. Подвижная игра «Веревочка под ногами»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на гимнастическом бревне. Цели: учить выполнять упражнения для развития равновесия, координации и добиваться правильного выполнения.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - выполнять упражнения на бревне (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях)	Текущий	
80	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие координации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Пустое место»	Комбинированный	1	Правила безопасного выполнения лазанья по канату. Цели: развивать внимание, силу, ловкость при выполнении лазанья по канату.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий	
81	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Коньки-	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к	Научатся: - выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития	Контроль двигательных качеств	

	горбунки»			прыжка с места.	общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	основных физических качеств.	(прыжок в длину с места)	
82	Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастического козла.	Изучение нового материала	1	Какие упражнения выполняются с гимнастическим козлом? Цели: развивать силовые качества и координацию движений в упражнениях с гимнастическим козлом.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки.	-	Текущий
83	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (д.), подтягивания на перекладине (м.). ПИ «Коньки-горбунки»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цель: закреплять навык выполнения подтягивания на перекладине	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: технически правильно выполнять подтягивание на перекладине; добиваться достижения конечного результата.	-	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)
84	Обучение дыхательным упражнениям по методике А.Стрельниковой: «Ладочки»,	Изучение нового материала	1	Значение дыхательных упражнений для укрепления здоровья. Цели: развивать мышцы,	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле	Научатся: технически правильно выполнять дыхательные упражнения по	-	Текущий

	«Погончики», «Насос», «Кошка». Совершенствование упражнений акробатики. ПИ «Волк и зайцы»			участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений акробатики.	способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	методике А.Стрельниковой		
85	Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Обними плечи», «Большой маятник», «Перекаты», «Шаги». Развитие игры «Заморозки»	Изучение нового материала	1	Как правильно дышать? Цели: развивать мышцы участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений с гантелями различными способами.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - соблюдать ритм при выполнении дыхательных упражнений; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
86	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения наклона вперед из положения стоя.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять упражнения для развития гибкости различными способами.	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
87	Совершенствование	Комбини-	1	Техника выполнения	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения	Научатся: - технически	Контроль	

	дыхательных упражнений по методике А.Стрельниковой. контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища из положения на спине за 30сек. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	рованный		упражнений дыхательной гимнастики. Какие качества развиваются при выполнении подъема туловища из положения лежа? Цели: учить выполнять упражнения дыхательной гимнастики; правильно выполнять поднимание туловища из положения лежа на время.	задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики; - организовывать и проводить ПИ; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	двигательных качеств (подъем туловища из положения лежа)	
88	Обучение гимнастике для глаз. Разучивание игровых действий эстафет с акробатическим и упражнениями. Игра «Перетяжки»	Изучение нового материала	1	Правила безопасного выполнения акробатических упражнений в эстафетах. Цели: учить выполнять гимнастику для глаз; выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках.	Текущий	
89	Объяснение правил безопасности на спортивной	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на спортивной	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: - соблюдать правила поведения и	Текущий	

	площадке. Развитие выносливости в ходьбе, беге, прыжках, играх. ПИ «Салки-догонялки»			площадке. Цели: закреплять навыки выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами.	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
90	Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением.	Комбинированный	1	При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? Цели: совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорениями.	Текущий	
91	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?»	Комбинированный	1	Как выполняется прыжок в длину с разбега? Цели: закрепить навык прыжка в длину с разбега	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного поведения	Текущий	

92	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3x10м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как развивать прыгучесть и координацию в беге с низкими барьерами? Цели: совершенствовать технику челночного бега, развивать скоростно-силовые качества в прыжках через барьеры	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления.	Контроль двигательных качеств в (челночный бег)	
93	Развитие скоростных качеств в беге на 30м с высокого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	Комбинированный	1	Какова техника финиширования в беге? Цели: закрепить навык выполнения бега на короткую дистанцию, развивать скоростные качества в беге с препятствиями	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; -равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями	Текущий	
94	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: закрепить навык бега в равномерном темпе и с ускорением	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования.	Контроль двигательных качеств в (бег на 30м)	

95	Медленный бег до 1000м. Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости.	Комбинированный	1	Как распределять силы при длительном беге? Цели: учить правильной постановке рук и ног при метаниях	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения – медленный бег до 1000м; - выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног.	Текущий	
96	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. ПИ «За мячом противника»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения метания? Цели: учить выполнять игровые действия и упражнения подвижных игр разной функциональной направленности	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - организовывать подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Контроль двигательных качеств в	
97	Медленный бег до 1000м. Контроль пульса. ПИ «Горячая картошка»	Комбинированный	1	Как проводится подсчет пульса? Цели: учить выполнять подсчет пульса до занятий, после нагрузки, после восстановления	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки.	Текущий	

98	Контроль за развитием двигательных качеств: бег 1000м. Игра в пионербол	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	Контроль двигательных качеств в (бег на 1000м)
99	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионербол	Комбинированный	1	Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? Цели: учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге; совершенствовать навык броска и ловли мяча	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	Текущий
100	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». ПИ «Вызов номеров»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения прыжка с прямого разбега.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять прыжок с разбега; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств в (прыжок в длину)

101	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Разучивание игровых действий эстафет (бег, прыжки, метания)	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Развитие координационных способностей в эстафетах. Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - правильно передавать эстафету в различных ситуациях	-	Контроль двигательных качеств (броски и набивного мяча)
102	Подведение итогов учебного года	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как использовать полученные в процессе обучения навыки? Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двиг. качеств.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице.	-	Текущий

Учебно-методический комплекс

Настоящая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами начального общего образования, требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ и ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу:

1. Лях, В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях – М.: просвещение, 2011.
2. Лях, В.И. Программы общеобразовательных учреждений: комплексная программа физического воспитания учащихся 111 классов / В.И. Лях, - М.: Просвещение, 2011.

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					Универсальные учебные действия	Предметные знания		
1	Ознакомление с правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Совершенствование построений в шеренгу, колонну, выполнение строевых команд. Разучивание ОРУ для УГ. ПИ «Салки»	вводный	1	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цель: закрепить навыки построений и перестроений; развивать координацию движений в упражнениях УГ	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу.	Научатся: - соблюдать правила безопасности поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; - выполнять команды «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»; - организовывать и проводить ПИ	Текущий	
2	Обучение равномерному бегу по дистанции до 400м. Совершенствование высокого и низкого старта, стартового ускорения.	Применение знаний и умений	1	Какой должна быть спортивная форма для занятий на улице? Цель: учить бегу в равномерном темпе по дистанции до 400м; закрепить навык выполнения	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение физического	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - технически правильно выполнять	Текущий	

	Разучивание специальных беговых упражнений. Игра «Подвижная цель»			высокого и низкого старта, стартового ускорения	развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	высокий и низкий старт, стартовое ускорение		
3	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: бег на 30м (скорость)	Комбинированный	1	Почему тестирование проводится 2 раза в год? Цель: закрепить навык построения в шеренгу, учить развивать скорость в беге на 30м.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять легкоатлетические упражнения (бег)	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)	
4	Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Корректировка техники бега. Цель: тестирование прыжка в длину с места, совершенствование техники бега.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; - технически правильно отталкиваться и приземляться	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
5	Ознакомление с историей развития физической культуры в России в XVII – XIX вв. и ее	Изучение нового материала	1	Как бегать на короткую дистанцию с высокого и низкого старта? Цель: учить правильной	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: - характеризовать значение физической подготовки солдат в русской армии; -	Текущий	

	значением для по старта. Игра – эстафета «За мячом противника»			технике бега с высокого старта	реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное обращение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	выполнять легкоатлетические упражнения – бег на 60м с высокого и низкого старта.		
6	Совершенствование навыка метания теннисного мяча в игре-эстафете «За мячом противника». Контроль двигательных качеств: бег на 60 м с высокого старта	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы выполнения контрольных забегов на 60 м? Цель: учить выполнять бег на 60 м с высокого старта; закрепить навык метания малого мяча на дальность	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное обращение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: – выполнять упражнения для развития двигательных навыков; - технически правильно выполнять забеги на дистанцию 60 м	Контроль двигательных качеств (бег на 60м)	
7	Совершенствование техники бега. Контроль двигательных качеств: бег на 1000 м	Комбинированный	1	Корректировка техники бега. Цель: учить правильной технике бега в медленном темпе на дистанции 1000 м	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (бег в медленном темпе); - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега	Контроль двигательных качеств (бег на 1000 м)	
8	Контроль двигательных качеств: метание теннисного мяча	Комбинированный	1	Какие упражнения включать в разминку перед метанием мяча?	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; -	Контроль двигательных качеств	

	на дальность. Развитие двигательных качеств посредством игры «Подвижная цель»			Цель: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на доброжелательное обращение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	ных качеств (метание)	
9	Объяснение понятия «физическая подготовка» во взаимосвязи с развитием систем дыхания и кровообращения. Совершенствование техники низкого старта, стартового ускорения, финиширования. Игра-эстафета «Преодолей препятствие»	Комбинированный	1	ОРУ Цель: познакомить с понятием «физическая подготовка» и ее связью с развитием систем дыхания и кровообращения, учить выполнять упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: – организовывать и проводить подвижные игры-эстафеты; - соблюдать правила взаимодействия с игроками; - характеризовать значение физической подготовки в развитии систем дыхания и кровообращения	Текущий	
10	Совершенствование прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств. ПИ «Волк во рву»	Комбинированный	1	Как правильно выполнять основные движения в прыжках? Цель: учить выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Научатся: – организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	

					нестандартных ситуациях.			
11	Совершенствование прыжка в длину с разбега. ПИ «Прыгающие воробушки». Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр.	Комбинированный	1	Как приземлиться в прыжковую яму на обе ноги? Цель: учить правильной технике прыжка в длину с разбега, развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжке в длину с разбега; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	
12	Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие внимания, ловкости в игре «Прыгающие воробушки»	Комбинированный	1	Каковы организационные приемы прыжков? Цель: учить правильной технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (прыжки); - технически правильно отталкиваться и приземляться в прыжке в длину с разбега.	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	
13	Ознакомление со способами регулирования физической нагрузки. Развитие координационных качеств в упражнениях эстафет	Изучение нового материала	1	Как правильно регулировать физическую нагрузку? Цель: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - регулировать физическую нагрузку по скорости и продолжительности выполнения	Текущий	

	мячами			эстафет с мячами		упражнений		
14	Контроль двигательных качеств: челночный бег 3x10м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры.	Комбинированный	1	Каковы правила выполнения челночного бега 3x10м? Цель: развивать прыгучесть и координацию в беге с низкими барьерами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжках через барьеры.	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	
15	Обучение разбегу в прыжках в высоту способом «перешагивание». Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть)	Изучение нового материала	1	Как определить толчковую ногу и с какой стороны разбегаться? Цели: учить разбегу в прыжках в высоту способом «перешагивание».	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - выполнять разбег в прыжках в высоту способом «перешагивание»; - выполнять организующие строевые команды и приемы	Текущий	
16	Обучение прыжку в высоту способом «перешагивание». Совершенствование разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».	Комбинированный	1	Какова этапность обучения прыжкам в высоту способом «перешагивание». Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки в высоту различными способами	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: - выполнять правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	

17	Совершенствование разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание». ПИ «Удочка».	Комбинированный	1	Как безопасно приземляться в прыжках? Цели: учить безопасно приземлению после выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание».	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки в высоту	Текущий	
18	Разучивание игровых действий эстафет (броски, ловля, старт из различных положений). Развитие координационных способностей в эстафетах «Веселые старты»	Изучение нового материала	1	Как правильно передать и принять эстафету? Цель: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - правильно передавать эстафету для развития координации движений в различных ситуациях	Текущий	
19	Ознакомление с правилами безопасного поведения в зале с инвентарем на гимнастических снарядах. Развитие внимания, мышления, координации в ОРУ. ПИ «Перестрелка»	Комбинированный	1	Правила безопасности в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Цели: учить выполнять ОРУ с предметами (гимнастические скамейки и стенка)	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	Текущий	

20	Повторение правил безопасного выполнения физических упражнений. Контроль двигательных качеств: подъём туловища за 30сек. ПИ «Посадка картофеля»	Комбинированный	1	Как избежать травм во время занятий физическими упражнениями? Цели: закрепить умение поднимать туловище из положения лежа на быстру	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; - организовывать и проводить подвижные игры	Контроль двигательных качеств (подъём туловища за 30сек.)	
21	Совершенствование упражнений акробатики: группировка, перекаты в группировке, кувырки, упор. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания.	Применение знаний, умений	1	Развитие координационных способностей в упражнениях акробатики. Цели: закрепить навыки выполнения упражнений акробатики	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	
22	Совершенствование упражнений: стойка на лопатках, «мост», кувырок вперед, кувырок назад. Развитие координации в упражнениях акробатики и гимнастики.	Применение знаний, умений	1	Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики. Цели: учить выполнять упражнения фронтальным, поточным и групповым методом	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств.	Текущий	

23	Совершенствование прыжков со скакалкой, выполнение упражнений в равновесиях и упорах на низком гимнастическом бревне	Применение знаний, умений	1	Какова этапность при обучении прыжкам со скакалкой? Цели: закрепить умение прыгать и пробегать через длинную вращающуюся скакалку; учить выполнять упражнения в равновесиях и упорах на низком гимнастическом бревне	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: – выполнять сложные прыжки со скакалкой в различных сочетаниях; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	
24	Обучение опорному прыжку через гимнастического козла. Игра «Попрыгунчики – воробушки»	Изучение нового материала	1	Прыжки через гимнастического козла различными способами. Цели: учить прыжкам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед)	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: – соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в прыжках через гимнастического козла; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	
25	Совершенствование прыжков	Комбинированный	1	Правила передвижения по	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач;	Научатся: – выполнять	Текущий	

	через гимнастического козла. Развитие внимания, координации, двигательных качеств в упражнениях полосы препятствий	рованный		полосе препятствий с использованием гимнастических снарядов. Цели: учить безопасному преодолению полосы препятствий	Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника.	упражнения для развития ловкости и координации		
26	Ознакомление со способами регулирования физической нагрузки по изменению величины отягощения. Разучивание упражнений с набивными мячами разного веса (1кг, 2кг)	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какими способами регулируется физическая нагрузка? Цели: развивать силовые качества при выполнении упражнений с набивным мячом	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: – выполнять броски и ловлю набивного мяча из разных исходных положений с правильной постановки рук	Текущий	
27	Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Совершенствование техники выполнения упражнений акробатики методом круговой тренировки. Игра «Ниточка и иголочка»	Комбинированный	1	Что такое круговая тренировка? Цели: развивать гибкость в упражнении наклон вперед из положения стоя	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: – выполнять упражнения акробатики методом круговой тренировки; - организовывать и проводить подвижные игры.	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	

28	Обучение перемаху из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сзади согнувшись на низкой перекладине. Игра «Ниточка и иголочка»	Изучение нового материала	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастической перекладине Цели: учить выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - технически правильно выполнять перемах из виса стоя на низкой перекладине; - соблюдать правила взаимодействия с игроками;	Текущий	
29	Обучение упражнениям на перекладине в определенной последовательности. ПИ «Перемена мест»	Изучение нового материала	1	Какова этапность при обучении перемахам на перекладине? Цели: учить выполнять серию упражнений на перекладине: из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед на ноги	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями на перекладине	Текущий	
30	Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой	Проверка и коррекция знаний	1	Организационные приемы лазанья по гимнастической стенке.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей.	Научатся: - технически правильно выполнять акробатические	Контроль двигательных	

	перекладине из виса лежа (девочки) и подтягивание на перекладине (мальчики). Совершенствование кувырка вперед. ПИ «Перемена мест»	и умений		Цели: учить лазанью по гимнастической стенке; закрепить навык выполнения кувырка вперед.	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	элементы (кувырки); - соблюдать правила безопасного поведения во время занятий	качество (подтягивание)	
31	Совершенствование разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Развитие силовых способностей посредством парных упражнений акробатики у гимнастической стенки	Комбинированный	1	Упражнения акробатики в парах Цели: закрепить навык выполнения упражнений гимнастики	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу учеников; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	
32	Совершенствование лазанья по канату в три приема. Развитие скоростно-силовых способностей (подъем туловища на спине). ПИ «Кто быстрее?»	Комбинированный	1	Как выполнять лазанье по канату? Цели: учить лазанью по канату в три приема	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и скоростно-силовых качеств	Текущий	

33	Разучивание комплекса ОРУ с гимнастическим и палками. Развитие внимания, координации, двигательных качеств в упражнениях полосы препятствий. ПИ «Салки с мячом»	Комбинированный	1	Правила безопасности в упражнениях с гимнастическими палками. Цели: развивать внимание и координацию в упражнениях с гимнастическими палками	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	
34	Совершенствование бросков и ловли мяча в паре. Разучивание игры «Мяч соседу»	Комбинированный	1	Как выполнять броски и ловлю мяча с партнером разными способами? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом в паре.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - технически правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	
35	Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. ПИ «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Способы бросков мяча одной рукой. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска мяча одной рукой	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявляют дисциплинированность,	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; -точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг).	Текущий	

					трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей			
36	Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных способностей в упражнениях с мячом у стены. ПИ «Охотники и утки»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в стену в движении? Цели: учить выполнять броски мяча в стену в продвижении вдоль стены с ловлей отскочившего от стены мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий ФК	Текущий	
37	Совершенствование броска и ловли мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты ведения мяча в движении. ПИ «Мяч из круга»	Комбинированный	1	Как совершенствовать технику ведения мяча? Цели: закреплять навык ведения мяча на месте и в продвижении.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, товарищей, родителей и др. людей; Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять ведение мяча различными способами	Текущий	
38	Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в корзину способом «снизу» после ведения? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, товарищей, родителей и др. людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Личностные: проявляют дисциплинированность,	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения; - добиваться достижения конечного результата	Текущий	

					трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.				
39	Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	Комбинированный	1	Какие бывают способы выполнения бросков мяча в корзину? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показа лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо	-	Текущий	
40	Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в парах. Подвижная игра «Гонка мячей в колоннах»	Комбинированный	1	Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага? Цели: учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения и приема мяча от партнера	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий	

41	Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. Подвижная игра «Антивышибалы»	Комбинированный	1	Развитие координационных способностей. Цели: закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	Познавательные: ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком.	Текущий		
42	Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами».	Комбинированный	1	Каким способом выполнять бросок набивного мяча на дальность? Цели: закреплять навык бросков набивного мяча разными способами	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - технически правильно выполнять броски набивного мяча; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий		
43	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Обучение игре «Вышибалы	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какова этапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? Цели: закреплять навык выполнения	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за	Научатся: - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча	Текущий		

	двумя мячами»			бросков набивного мяча разными способами	помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.				
44	Совершенствование ведения мяча и броска мяча в корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину	Комбинированный	1	Как определить расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага после ведения и последующего броска мяча? Цели: закрепить навык броска мяча в корзину после ведения и остановки в два шага.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: - самостоятельно определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском.	Текущий		
45	Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча	Комбинированный	1	Какие действия предпринять при обводке противника? Цели: учить ведению мяча с изменением направления с обводкой партнера и в эстафетах	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах	Текущий		
46	Совершенствование ведения мяча с остановкой в два шага. Обучение	Изучение нового материала	1	Правила взаимодействия в игре с элементами баскетбола. Цели: учить ведению	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с	Текущий		

	поворотам с мячом на месте и передача мяча партнеру. Разучивание игры «попади в кольцо»			мяча, остановке в два шага, поворотам с мячом на месте и последующей передаче мяча партнеру.	оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	элементами баскетбола; - соблюдать правила взаимодействия с игроками				
47	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»	Комбинированный	1	Способы ведения мяча. Цели: закреплять навык ведения мяча с изменением направления	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий			
48	Ознакомление с правилами спортивных игр: футбола, волейбола, баскетбола. Совершенствование ведения мяча с последующей передачей партнеру. Разучивание эстафет с ведением и передачей мяча	Изучение нового материала	1	Разновидности спортивных игр с мячом. Цели: учить различать правила спортивных игр с мячом: футбола, волейбола, баскетбола; закреплять навыки ведения мяча с последующей передачей партнеру.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - давать характеристику, объяснять правила спортивных игр с мячом; - соблюдать правила проведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий			

49	Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Обучению движению на лыжах по дистанции 1км с переменной скоростью. Разучивание игры «Перестрелка»	Изучение нового материала	1	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Цели: учить выполнять команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», «Лыжи снять!», «Очистить от снега!», «Лыжи скрепить!»	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря.	-	Текущий
50	Совершенствование ходьбы на лыжах. Подвижная игра «Перестрелка»	Комбинированный	1	Спортивная форма одежды для занятий лыжной подготовкой. Цели: закреплять навык ступающего и скользящего шага; учить ходьбе и поворотам на лыжах приставными шагами.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - самостоятельно подбирать форму одежды в соответствии с погодой; - передвигаться ступающим шагом по дистанции.	-	Текущий
51	Совершенствование скользящего и ступающего шага на лыжах без палок. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в	Комбинированный	1	Как выполнять на лыжах обгон на дистанции? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - продвигаться по дистанции со средней скоростью; - выполнять обгон на дистанции.	-	Текущий

	ходьбе на лыжах по дистанции 1км со средней скоростью.				Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.			
52	Обучение технике спусков и подъемов на склоне в низкой стойке без палок. Прохождение дистанции 1км с раздельным стартом на время.	Изучение нового материала	1	Как правильно стартовать на лыжах? Цели: развивать выносливость и скоростно-силовые качества в ходьбе на лыжах	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - равномерно распределять свои силы в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км; -выполнять обгон на дистанции.	Текущий	
53	Обучение поворотам приставными шагами при прохождении дистанции. Совершенствование спуска в основной стойке с торможением палками.	Комбинированный	1	Как пройти на лыжах дистанцию без потери времени? Цели: развивать координационные способности при поворотах и спусках на лыжах.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять шаги на лыжах различными способами при прохождении дистанции; - выполнять спуск и подъем на лыжах с палками.	Текущий	
54	Разучивание различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. ПИ «Кто дальше прокатится»	Комбинированный	1	Как провести разминку перед прохождением дистанции на лыжах? Цели: корректировка техники торможения и поворотов при спуске на лыжах с	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - корректировать технику торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без.	Текущий	

				палками и без.	Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.			
55	Совершенствование техники лыжных ходов. Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах.	Комбинированный	1	Порядок действий при обгоне на лыжах. Цели: учить чередованию шагов на лыжах; развивать скоростно-силовые качества.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции.	Текущий	
56	Обучение поворотам на лыжах «упором». Совершенствование подъема на лыжах. Разучивание игры «Подними предмет»	Комбинированный	1	Как избежать столкновений при спуске с горки на лыжах? Цели: учить поворотам «упором». Развитие координационных способностей при спуске.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах повороты «упором».	Текущий	
57	Совершенствование поворотов на лыжах на месте переступанием вокруг носков и пяток, поворотов «упором». Обучение падению на лыжах на бок под уклон на	Комбинированный	1	В каких случаях применяется торможение падением? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность,	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами; - соблюдать правила поведения и	Текущий	

	месте и в движении. Разучивание игры «Затормози до линии»				трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.		
58	Совершенствование передвижения на лыжах с палками с чередованием шагов и хода во время прохождения дистанции 1000 м с раздельного старта на время. Разучивание игры «Охотники и олени»	Комбинированный	1	Как распределить силы в движении на лыжах на большие дистанции? Цели: учить выполнять движение на лыжах по дистанции 1000 м на время; закреплять навык передвижения на лыжах различными способами.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с чередованием хода.	Текущий	
59	Ознакомление с понятием «физическая нагрузка» и ее влияние на ЧСС. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1500 м и выполнении подъема.	Изучение нового материала	1	Какие бывают способы подъема на склон? Цели: закреплять навык передвижения на лыжах при выполнении подъема	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах подъемы и спуски при прохождении дистанции.	Текущий	
60	Развитие внимания, двигательных и координационных	Применение знаний и	1	Как самостоятельно проводить занятия по лыжной	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с	Научатся: - организовывать и проводить подвижные	Текущий	

	х качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж.	умений		подготовке? Цели: развивать внимание, ловкость, координацию при выполнении игровых упражнений на лыжах.	поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	-		
61	Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Как избежать травмы на уроке физкультуры? Цели: закреплять навык выполнения бросков и ловли волейбольного мяча разными способами	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.	-	Текущий	
62	Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»	Комбинированный	1	Каким способом легче перекинуть мяч через сетку? Цели: закреплять выполнение бросков мяча через сетку, ловлю высоко летящего мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: технически правильно выполнять броски мяча через сетку; организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий	

63	Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо»	Изучение нового материала	1	Правила игры в пионербол. Цели: учить броскам мяча через сетку.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи.	Текущий	
64	Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в пионербол.	Комбинированный	1	Что означает команда «переход»? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы; - перемещаться по площадке по команде «переход».	Текущий	
65	Обучение положению рук и ног при приеме и передаче мяча сверху. Игра в пионербол.	Комбинированный	1	Как ведется счет в пионерболе? Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку; - организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	

66	Обучение упражнениям с мячом в парах: - верхняя передача. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол.	Комбинированный	1	Сколько передач выполняется в своей зоне? Цели: учить распределять роли игроков в командной игре.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Текущий	
67	Обучение упражнениям с мячом в парах: нижняя передача. Развитие внимания и ловкости в передаче мяча в игре в пионербол.	Комбинированный	1	Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в пионербол? Цели: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников.	Текущий	
68	Правила безопасного поведения на уроках с элементами футбола. Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой линии и по дуге.	Комбинированный	1	Для чего устанавливаются правила игры? Цели: закреплять навык ведения мяча внутренней и внешней частью ноги.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - технически правильно выполнять ведение мяча ногами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.	Текущий	

69	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. ПИ «Гонка мячей»	Комбинированный	1	Распределение ролей игроков в командной игре. Цели: закреплять навык ведения мяча ногами различными способами.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - добиваться достижения конечного результата; - организовывать и проводить подвижные игры.	-	Текущий	
70	Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками. Разучивание игры «Слалом с мячом»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения при игре в футбол. Цели: развивать координационные способности ведением мяча ногой между стойками.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируется в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ним общий язык и общие интересы.	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами футбола; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом.	-	Текущий	
71	Развитие координационных способностей, внимания, ловкости. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	Комбинированный	1	За что назначается штрафной удар (пенальти) в игре в футбол? Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность,	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата.	-	Текущий	

					трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

72	Совершенствование упражнений с элементами волейбола в парах	Применение знаний и умений	1	Правила выполнения бросков и ловли волейбольного мяча. Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями	-	Текущий
73	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством волейбольных упражнений. Игра в пионербол с элементами волейбола	Применение знаний и умений	1	Правила и условия проведения игры в волейбол. Цели: учить применять освоенные навыки упражнений с элементами волейбола в игровой деятельности	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения с элементами волейбола во время игры в пионербол	-	Текущий
74	Совершенствование упражнений с элементами волейбола индивидуально, в парах, группах. Игра в пионербол с элементами	Применение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Цели: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры с мячом; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	-	Текущий

	волейбола.			волейбол	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;			
75	Совершенствование упражнений с элементами волейбола и применение их в пионерболе	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения в подвижных и спортивных играх. Цели: закрепить навык двигательных действий, составляющих содержание игры в волейбол	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - применять элементы волейбола в игре в пионербол; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	-	Текущий
76	Разучивание общеразвивающих упражнений с гимнастическим и палками и упражнений на гимнастической стенке. ПИ «Салки с домом»	Комбинированный	1	Правила безопасности в упражнениях гимнастики. Цели: учить упражнениям на гимнастической стенке	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	-	Текущий
77	Развитие координационных способностей в упражнениях акробатики. ПИ «Заморозки»	Применение знаний и умений	1	Правила безопасного выполнения упражнений акробатики. Цели: закрепить навык выполнения кувырков вперед и назад, стойка на лопатках, голове,	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение и	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения акробатики; - организовывать и проводить подвижные игры	-	Текущий

				руках у опоры.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.			
78	Обучение упражнениям на гимнастическом бревне высотой 80-100 см: (на носках, приставным шагом, выпадами). ПИ «Заморозки»	Применение знаний и умений	1	Развитие равновесия. Цели: учить выполнять упражнения на гимнастическом бревне различными способами	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять упражнения на гимнастическом бревне, - контролировать осанку при выполнении упражнений	-	Текущий
79	Совершенствование упражнений на гимнастическом бревне. Подвижная игра «Ноги на весу»	Применение знаний и умений	1	Развитие равновесия. Цели: закреплять навык упражнений на гимнастическом бревне высотой 80-100см (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях).	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения для развития равновесия на гимнастическом бревне	-	Текущий
80	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Совершенствование лазанья по канату в три приема. Подвижная игра	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Развитие силовых качеств. Цели: закрепить умение лазать по канату в три приема.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение	Научатся: - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления силовых качеств	-	Контроль роль двигательных качеств (прыжок в длину)

	«Пустое место»						ну с места)	
81	Совершенствование ходьбы по гимнастическому бревну высотой 80-100 см: (с поворотами на носках, на одной ноге, повороты прыжком). ПИ «Мышеловка»	Применение знаний и умений	1	Развитие равновесия. Цели: закрепить навык ходьбы по гимнастическому бревну в различных сочетаниях без потери равновесия.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - выполнять упражнения для развития равновесия; - соблюдать правила взаимодействия с игроками		
82	Обучение опорному прыжку через гимнастического козла. ПИ «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Развитие силы. Цели: учить прыгать через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - технически правильно выполнять опорный прыжок через гимнастического козла	Текущий	
83	Совершенствование перемаха на низкой перекладине. Развитие координации в стойках на руках с опорой на стену. ПИ «Вышибалы»	Применение знаний и умений	1	Развитие координационных способностей. Цель: закрепить навык перемаха на низкой перекладине из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками;	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - удерживать стойку на руках в течение длительного	Текущий	

				ноги, в вис сзади согнувшись	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	времени		
84	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). ПИ «Вышибалы»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Развитие силы в подтягивании на перекладине. Цели: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	-	Контроль двигательных качеств (подтягивание)
85	Обучение упражнениям на перекладине в связке. Развитие координации, ловкости, внимания в серии кувырков вперед. ПИ «Вышибалы»	Комбинированный	1	Как правильно серию кувырков вперед? Цели: учить выполнять связку упражнений на перекладине: из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед на ноги	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения на перекладине; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	-	Текущий
86	Совершенствование дыхательных	Комбинированный	1	Роль физической деятельности	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия	Научатся: - характеризовать физическую	-	Текущий

	упражнений по методике А. Стрельниковой: развитие координации, ловкости, внимания в упражнениях акробатики	ный		оздоровительной направленности. Цели: учить выполнять упражнения акробатики в связке: «ласточка», упор в широкой стойке ноги врозь, перекатом вперед, лечь, мост, «стойка на лопатках», перекатом вперед, упор присев, встать	оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека+		
87	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Совершенствование дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой. ПИ «Третий лишний»	Комбинированный	1	Развитие гибкости. Цели: учить выполнять комплекс упражнений по профилактике заболеваний дыхательной системы посредством упражнений по методике А. Стрельниковой.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять упражнения для развития гибкости; - организовывать и проводить занятия физической культурой с профилактической направленностью	- Конт роль роль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	
88	Обучение гимнастике для глаз. Совершенствование упражнений акробатики на	Изучение нового материала	1	Развитие гибкости в упражнениях акробатики. Цели: учить выполнять упражнения для	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Научатся: - организовывать и проводить занятия физической культурой с	- Текущий	

	развитие гибкости («мост», «лодочка», «рыбка», шпагат). ПИ «Удочка»			коррекции зрения.	реализации; Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	профилактической направленностью		
89	Совершенствование упражнений гимнастики для глаз. Контроль за развитием двигательных качеств; броски набивного мяча из-за головы. Развитие внимания, мышления, координации посредством упражнений акробатики в комбинации	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Развитие координационных способностей в упражнениях акробатики. Цели: учить выполнять комбинацию упражнений акробатики (кувырок вперед, кувырок назад, прыжок вверх с поворотом на 180, упор присев, прыжком упор лежа, лечь на живот, «рыбка», «корзинка», встать)	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научатся: - выполнять упражнения гимнастики для глаз; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников.	Контроль двигательных качеств (бросок набивного мяча)	
90	Развитие ловкости и координации в упражнениях акробатики. Разучивание игровых действий эстафет с преодолением	Применение знаний и умений	1	Акробатические элементы. Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками;	Научатся: - выполнять упражнения гимнастики и акробатики, применять их в игровой и соревновательной деятельности	Текущий	

	препятствий и элементами акробатики				проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.			
91	Обучение специальным беговым упражнениям. Совершенствование беговых упражнений с ускорением с высокого старта. ПИ «Невод»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. Цели: закрепить навыки упражнений легкой атлетики на развитие быстроты и координации	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	-	Текущий

92	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3x10м. ознакомление со способами закаливания организма (воздушные и солнечные ванны, купание). ПИ «Ловишка»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как контролировать развитие двигательных качеств? Цели: развивать двигательные качества, выносливость, быстроту во время выполнения челночного бега	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - характеризовать способы закаливания организма; - технически правильно выполнять челночный бег	-	Контроль двигательных качеств (челночный бег)
93	Ознакомление с доврачебной	Проверка и	1	Низкий старт, стартовое	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко	Научатся: - оказывать	-	Контроль

	помощью при легких ушибах и ссадинах, потертостях. Контроль за развитием двигательных качеств в беге на 30м	коррекция знаний и умений		ускорение, финиширование. Цели: развивать двигательные качества, выносливость, быстроту в беге на короткие дистанции.	характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	доврачебную помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.	двигательных качеств в (бег на 30м)	
94	Обучение броскам и ловле теннисного мяча на дальность, в максимальном темпе, из разных исходных положений в парах. Игра «Подвижная цель»	Применение знаний и умений	1	Как развивать ловкость и быстроту? Цели: закрепить навык броска малого мяча различными способами	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - соблюдать правила взаимодействия с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	
95	Контроль за развитием двигательных качеств: метание теннисного мяча на дальность. ПИ «Охотники и утки»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как совершенствовать метание и ловлю теннисного мяча? Цели: закрепить навык метания теннисного мяча на дальность.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - метать теннисный мяч на дальность с правильной постановкой руки	Контроль двигательных качеств в (метание теннисного мяча)	

							на дальность.	
96	Развитие силы в метании набивных мячей (1-2кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами в парах и в кругу. Игра в мини-футбол.	Применение знаний и умений	1	Развитие силовых качеств Цели: закрепить навык метания набивных мячей различными способами	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - контролировать нагрузку в процессе выполнения учебных заданий	-	Текущий
97	Обучение прыжкам в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги». Игра в мини-футбол	Комбинированный	1	Организационные приемы прыжков. Цели: выполнять легкоатлетические упражнения – прыжки в высоту и в длину с разбега.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: - технически правильно выполнять двигательные действия легкой атлетики.	-	Текущий
98	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как развивать выносливость при медленном беге? Цели: учить бегу в равномерном темпе в течение 6	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного	-	Контроль двигательных качеств

	способом «согнув ноги». Равномерный шестиминутный бег. Игра в мини-футбол.			минут	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	в (прыжок в длину с разбега)	
99	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 60 м	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе и с ускорением	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Научатся: - равномерно распределять свои силы во время бега с ускорением; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	Контроль двигательных качеств в (бег на 60 м)	
100	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000м	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	Контроль двигательных качеств в (бег на 1000м)	
101	Разучивание упражнений эстафет «Веселые старты»	Комбинированный	1	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? Цели: закреплять умения и навыки	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в	Научатся: - подбирать эстафеты и формулировать их правила; - организовывать	Текущий	

				правильного выполнения основных видов движения	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	и проводить «Веселые старты»; - соблюдать правила взаимодействия с игроками.		
102	Совершенствование подвижных и спортивных игр по выбору	Комбинированный	1	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	

Учебно-методический комплекс

- Настоящая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами начального общего образования, требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ и ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу:

1. Лях, В.И. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях – М.: просвещение, 2011.
2. Лях, В.И. Программы общеобразовательных учреждений: комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В.И. Лях, - М.: Просвещение, 2011.

- От 11 июня 2014 г. № 540, «Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном Комплексе ГТО».