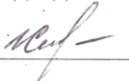




Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 557 Невского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДАЮ
Председатель МО  Серedenкова И.Н. Протокол от 24.05.2019 № 05	Зам. директора по УВР  Евгеньева Т.А. 24.05.2019	Решением Педагогического совета  Протокол от 27.05.2019 № 06	Директор  И.В.Большаков Приказ от 30.05.2019 № 94-о

Рабочая программа курса «Физическая культура»  
на 2019-2020 учебный год  
2«А» класс

Составитель: Серedenкова И.Н , учитель физической культуры

Санкт-Петербург

2019

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной образовательной программы, Комплексной программы физического воспитания обучающихся.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников, где (в сочетании с другими формами обучения) достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Данная программа создавалась на основе государственной рабочей программы по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией В.И. Ляха), в соответствии с требованиями освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования, с учётом особенностей образовательного учреждения, наличия материально-технического обеспечения, возможностей контингента учащихся.

Основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

*Принцип демократизации* в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

*Принцип гуманизации* педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

*Деятельный подход* заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

*Интенсификация и оптимизация* состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения; в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов.

Уроки физической – это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания

предмета. Особенностью урочных занятий в этом классе является углублённое обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, элементы единоборств, лыжная подготовка). Углубляются знания о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры учащиеся получают представления о физической культуре личности, её взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Большое значение в подростковом возрасте придаётся выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Уроки физической культуры содержат богатый материал для воспитания волевых качеств, а также нравственных и духовных сторон личности, таких, как честность, милосердие, взаимопомощь, отзывчивость и др.

В основной школе рекомендуется три типа уроков физической культуры: с образовательно-познавательной направленностью; с образовательно-обучающей направленностью и с образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащиеся приобретают необходимые знания, знакомятся со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучаются умениям их планирования, проведения и контроля.

Уроки с образовательно-обучающей направленностью используются преимущественно для обучения умениям и навыкам материала базовых видов спорта. На этих же уроках осваиваются также знания, которые относятся к предмету обучения.

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью проводятся по типу целенаправленной физической подготовки. На этих уроках учащиеся должны получать сведения о способах контроля величины и функциональной направленности физической нагрузки, о способах её регулирования в процессе выполнения разных физических упражнений.

### **Место курса в учебном плане**

Курс «Физическая культура» изучается во 2 классе из расчёта 3 ч в неделю, 102 ч в год. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

В данной программе учебный материал на овладение компонентами программы (спортивные игры, гимнастика с элементами акробатики, легкоатлетические упражнения, лыжная (кроссовая) подготовка, основы знаний о физической культуре) представлен из расчета 3 ч в неделю в соответствии с методическими рекомендациями «Варианты планирования уроков физической культуры в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга» (авторы – Е.В. Попова, О.В. Старолавникова) – СПб.: СПб АППО, 2012г.

**Учебно-методический комплект, используемый для реализации рабочей программы**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
1	Планирование учебной деятельности. Рабочая программа физическая культура. Рабочие программы по учебнику В.И. Ляха 1-4 классы. «Школа России»
2	Стандарт начального общего образования по физической культуре
3	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: «Учитель», 2013.
4	Рабочая программа по физической культуре
5	Дополнительная литература для учителя
6	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»
7	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
8	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
9	Школьников Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.
10	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998.
11	В.И. Лях Физическая культура 1-4 класс. Учебник для общеобразовательных организаций. 2016 г.
12	Nsportal.ru, pedsovet.su, infourok.ru

### **Планируемые результаты изучения учебного предмета**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основной общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 2 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре (подробное описание изложено в рабочей программе по физической культуре для учащихся 1-4 классов (под редакцией В.И. Ляха), 2012г)

#### **Личностные результаты**

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

#### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты отражаются в умении самостоятельно определять цели и задачи своего обучения, планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемыми результатами, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности, работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты.

#### **Предметные результаты**

Предметные результаты отражаются в понимании роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, в приобретении опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

#### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В ходе освоения учебного материала у **учащихся необходимо формировать следующие знания:**

- основы истории развития физической культуры в России (в СССР);
- особенности развития избранного вида спорта;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- психофункциональные особенности собственного организма;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

В ходе овладения учебным материалом у **учащихся необходимо формировать** следующие умения:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

В ходе овладения учебным материалом **учащимся необходимо демонстрировать двигательные умения, навыки и способности:**

*в циклических и ациклических локомоциях:* с максимальной скоростью пробегать 30 м из положения низкого старта; в ранномерном темпе бегать до 10-12 мин; после быстрого разбега совершать прыжок в длину; выполнять с разбега прыжок в высоту способом «перешагивание».

*в метаниях на дальность и на меткость:* метать малый мяч с места и с разбега на дальность, в горизонтальную и вертикальную цели с 6—8 м/

*в гимнастических и акробатических упражнениях:* выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов, включающую кувырки вперед и назад, стойку на лопатках.

*в спортивных играх:* играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

**Физическая подготовленность** учащихся должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

**Способы физкультурно-оздоровительной деятельности:** самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

**Правила поведения на занятиях физическими упражнениями:** соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

**Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные

возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющие на снижение оценки.

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

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

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

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

Характеристика цифровой оценки (отметки).

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1-4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

контрольные упражнения		нормативы					
		МАЛЬЧИКИ			ДЕВОЧКИ		
		«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1.	бег 30м, сек	7.5	7.0	5.9	7.7	7.2	6.1
2.	челночный бег 3*10м, сек	10.4	10.0	9.4	11.3	10.7	10.1
3.	прыжок в длину с места, см	110	125	150	100	125	145
4.	прыжки на двух ногах с вращением скакалки вперед за 30 сек, кол-во раз	15	25	35	20	30	40
5.	метание малого мяча в вертикальную цель из 5 попыток, кол-во попаданий	1	2	3	1	2	3
6.	6-минутный бег, м	750	800	1000	550	650	900
7.	бег 1000м, мин	без учета времени					
8.	передвижение на лыжах 1 км, мин	без учета времени					

9.	наклон вперед из положения сидя (стоя), см	1	3	6	2	6	10
10.	подтягивание из виса (м) и виса лежа (д), кол-во раз	1	2	4	3	6	11

### Содержание учебного предмета

Содержание учебного предмета задаются в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной). Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся, с учетом местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

Базовую часть входят:

Знания о физической культуре.

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение первых спортивных соревнований. История зарождения Олимпийских игр. Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. История развития физической культуры в России в XVII-XIX вв. ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Появление мяча, упражнений и игр с мячом. Физические упражнения, их отличие от естественных движений. Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие. Виды физических упражнений: подводящие, общеразвивающие, соревновательные. Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Режим дня и личная гигиена. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма: воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах.

Способы физкультурной деятельности.

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки. Физкультминутки. Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие. Совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Измерения длины и массы тела. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол. Волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких



ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Физическое совершенствование.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставным шагом в шеренге; повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом».

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком; кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; акробатические комбинации; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и в вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, за висом одной и двумя ногами 9 с помощью); лазанье по канату(3м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне; опорный прыжок через гимнастического козла – с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; 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».

Легкая атлетика.

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее; в длину с прямого разбега, согнув ноги в высоту с разбега способом «перешагивание».

Броски: большого мяча (1кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.

Лыжные гонки.

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плечо и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом; одновременным двухшажным ходом, с чередованием одновременного двухшажного с попеременным двухшажным, одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по

дистанции.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.

Подъемы ступающим и скользящим шагом.

Торможение падением.

Подвижные игры.

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Не урони мешочек», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей», «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча»; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись – разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний»; «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дальше прокатится», «На буксире», «Быстрый лыжник», «За мной».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7-8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7-8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам «Мини-футбол»; подвижные игры «Точная передача», «Передал-садись», «Передай мяч головой»

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед вверх; нижняя прямая подача; бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину; подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Круговая лапта», «Брось – поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»; игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед вверх; нижняя прямая подача; передача через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча после небольших перемещений вправо, вперед, включающих в себя в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол»; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения по базовым видам и внутри разделов.

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 поочередно 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 асимметрическими 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 гимнастическую 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.

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.

В процессе овладения учебной деятельностью на занятиях физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются

физические качества, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность.

### Тематическое планирование 2 А класса 102 ч.

п/п	Тема урока	Практика	Контроль	Планируемые результаты обучения (личностные, метапредметные, предметные)	Дата		
					план	факт	
<b>1 четверть</b>							
1	1	Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. подвижная игра "Салки-догонялки"	<b>Научатся:</b> соблюдать правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке на уроке;	Вводный	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	02.09- 06.09	
2	2	Совершенствование строевых упражнений. Обучение положению высокого старта. Игра "Ловишка"	<b>Научатся:</b> выполнять команды на построения и перестроения; технически правильно принимать положение высокого старта	Изучение нового материала	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и	02.09- 06.09	

					взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться		
3	3	Совершенствование строевых упражнений. Обучение бегу с высокого старта на дистанцию 30 м. Игра "Салки с домом"	<b>Научатся:</b> — выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять бег с высокого старта	Изучение нового материала	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	02.09-06.09	
4	4	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Контроль двигательных качеств: челночный бег 5x10. Игра "Гуси - лебеди"	<b>Научатся:</b> технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; технически правильно выполнять поворот в челночном беге	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	09.09-13.09	
5	5	Развитие внимания, мышления при выполнении	<b>Научатся:</b> выполнять	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения ноет пиленных задач;	09.09-13.09	

		расчета по порядку. Обучение прыжкам вверх и в длину с места. Игра "Удочка"	легкоатлетически е упражнения; технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; оценивать величину нагрузки по частоте пульса		самостоятельно выделяют п формулируют цели п способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> 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. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.		
6	6	Совершенствование строевых упражнений. Объяснение понятия "физическая культура как система занятий физическими упражнениями". Игра "Жмурки"	<b>Научатся:</b> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	09.09-13.09	
7	7	Развитие ловкости, внимания	<b>Научатся:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	16.09-	

		в метании предмета на дальность. Разучивание игры "Кто дальше бросит"	выполнять легкоатлетические упражнения (метания); - технически правильно держать корпус, ноги и руки в метаниях		выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	20.09	
8	8	Контроль двигательных качеств: метание. Эстафета "За мячом противника".	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять метание предмета; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжки в длину с места)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	16.09-20.09	
9	9	Ознакомление с историей возникновения первых спортивных соревнований. Контроль двигательных качеств: прыжки в длину с места.	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения; - выполнять упражнение, добиваясь	Контроль двигательных качеств (прыжки в длину с места)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета	16.09-20.09	

			конечного результата		характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
10	10	Обучение бегу с изменением частоты шагов. Подвижные игры "Запрещенное движение" и "Два Мороза".	- <b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Комбинированный	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	23.09-27.09	
11	11	Объяснение понятия "физические качества". Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр.	<b>Научатся:</b> понимать значение развития физических качеств для укрепления здоровья; соблюдать правила взаимодействия с	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию;	23.09-27.09	



			игроками		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
12	12	Ознакомление с основными способами развития выносливости. Развитие двигательных качеств в беге на различные дистанции	- <b>Научатся:</b> правильно распределять силы при длительном беге; оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученные понятия с примерами. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	23.09-27.09	
13	13	Развитие скоростных качеств в беге на различные дистанции. Контроль двигательных качеств: бег на 30 метров с высокого старта.	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	30.09-04.10	
14	14	Правила безопасного	<b>Научатся:</b>	Текущий	<i>Познавательные:</i> используют общие	30.09-	

		поведения во время упражнений со спортивным инвентарем. Развитие координационных способностей в общеразвивающих упражнениях. Разучивание подвижной игры "Охотники и зайцы".	соблюдать правила безопасного поведения; соблюдать правила взаимодействия с игроками		приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	04.10	
15	15	Обучение перестроению в две шеренги, в две колонны. Контроль двигательных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной игры «Волна»	<b>Научатся:</b> выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	30.09-04.10	
16	16	Совершенствование выполнения упражнения	<b>Научатся:</b> выполнять	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют	07.10-11.10	

		«вис на гимнастической стенке на время». Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голос»	упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; организовывать и проводить подвижные игры в помещении		<p>познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.</p>		
17	17	Объяснение значения режима дня и личной гигиены для здоровья человека. Разучивание игр: «Запрещенное движение», «Два Мороза»	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижные игры; Выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	<p><b>Коммуникативные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	07.10-11.10	
18	18	Ознакомление со способами развития выносливости. Объяснение понятия «Физические качества	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижные игры;	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p>	07.10-11.10	

		человека». Подвижные игры «Два Мороза», «Удочка».	Соблюдать правила взаимодействия с игроками		<p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		
19	19	Обучение чувству ритма при выполнении бега. Выявление наиболее эффективного темпа бега. Разучивание подвижной игры «Воробушки – попрыгунчики»	Научатся: самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулирует вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	14.10-18.10	
20	20	Ознакомление с различными видами народных игр. Разучивание русской	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с</p>	14.10-18.10	

		народной игры «Горелки»	народные подвижные игры; взаимодействовать с игроками; запоминать временные отрезки		<p>примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.</p>		
21	21	Объяснение правил поведения и техники безопасности в спортивном зале. Обучение метанию предмета в цель. Разучивание игры «Охотник и зайцы»	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча в цель; взаимодействовать с игроками	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действий; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели.</p>	14.10-18.10	
22	22	Обучение перестроению в две шеренги. Обучение подъему туловища. Контроль двигательных качеств:	<b>Научатся:</b> выполнять подъем туловища за определенный	Контроль двигательных качеств (подъем	<p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной</p>	21.10-25.10	

		подъем туловища за 30 секунд. Разучивание игры «Кто быстрее схватит?»	отрезок времени; Выполнять организующие строевые команды и приемы	туловища за 30 секунд)	задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.		
23	23	Совершенствование прыжка в длину с места. Разучивание игры «Коньки-горбунки»	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять прыжок с места		<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	21.10-25.10	

24	24	Броски малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол. Развитие силовых качеств в упражнениях с гантелями. Подвижная игра «Заморозки»	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять бросок малого мяча в горизонтальную цель; выполнять упражнения с гантелями различными способами	Текущей	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результата действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности.	21.10-25.10	
<b>2 четверть</b>							
25	25	Развитие скорости и ориентации в пространстве. Контроль двигательных качеств: челночный бег 5x10. Игра «Гуси-лебеди» Эстафеты	<b>Научатся:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> Ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	04.11-08.11	
26	1	Совершенствование выполнения упражнения "вис на гимнастической стенке на время". Развитие памяти и внимания в игре "Отгадай, чей голос"	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; организовывать и проводить подвижные игры в	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера;	04.11-08.11	

			помещении.		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		
27	2	Развитие координационных способностей в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Совершенствование техники выполнения перекатов. Подвижная игра "Передача мяча в тоннеле"	<b>Научатся:</b> соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участие в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	04.11-08.11	
28	3	Совершенствование техники кувырка вперед. Развитие координационных, силовых способностей в круговой тренировке.	<b>Научатся:</b> координировать перемещения рук при выполнении кувырка вперед; соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участие в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> формулирует собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	11.11-15.11	



			регулировать физическую нагрузку		<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
29	4	Совершенствование техники упражнения "стойка на лопатках". Развитие ловкости и координации в подвижной игре "Посадка картофеля".	<b>Научатся:</b> соблюдать правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; выполнять упражнение, добиваться конечного результата	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	11.11-15.11	
30	5	Развитие гибкости в упражнении "мост". Совершенствование выполнения упражнений акробатики в различных сочетаниях.	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11.11-15.11	
31	6	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития ловкости	Контроль двигательных качеств (наклоны)	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при	18.11-22.11	

		качеств: наклон вперед из положения стоя.	и координации	из положения стоя)	выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
32	7	Развитие координации движений, ловкости, внимания в лазанье по наклонной лестнице, гимнастической скамейке. Игра на внимание "Запрещенное движение".	<b>Научатся:</b> перемещаться по горизонтальной и наклонной поверхности различными способами; соблюдать правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	18.11-22.11	
33	8	Контроль двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Разучивание подвижной игры "Конники-спортсмены"	<b>Научатся:</b> выполнять серию акробатических упражнений; соблюдать правила	Контроль двигательных качеств (подтягивание из виса лежа)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят	18.11-22.11	

			поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, контролируют действие партнера. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
34	9	Развитие равновесия в упражнениях "цапля", "ласточка". Разучивание игры "Прокати быстрее мяч"	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	25.11-29.11	
35	10	Обучение висам углом на перекладине и гимнастической стенке. Развитие внимания, памяти, координации движений в подвижной игре "Что изменилось?"	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	25.11-29.11	

					<b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
36	11	Объяснение значения физкультминуток для укрепления здоровья, принципов их построения. Совершенствование кувырка вперед.	<b>Научатся:</b> самостоятельно составлять комплекс упражнений для физкультминуток; Выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следует ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	25.11-29.11	
37	12	Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед из положения стоя, сидя на полу, упражнениях "мост". "полушпагат". Развитие прыгучести в эстафете "Веровочка под ногами".	<b>Научатся:</b> самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют	02.12-06.12	

					дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
38	13	Развитие координации движений, внимания. ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Обучение упражнениям с гимнастическими палками. Разучивание упражнений эстафеты с гимнастическими палками.	<b>Научатся:</b> правильно оценивать дистанцию и интервал в строю, ориентироваться в пространстве; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения оставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	02.12-06.12	
39	14	Объяснение значения правил безопасности в подвижных играх. Развитие координации движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики.	<b>Научатся:</b> выполнять серию упражнений акробатики; соблюдать правила безопасного поведения в подвижной игре	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	02.12-06.12	
40	15	Объяснение значения закалывания для укрепления здоровья и способов закалывания. Обучение	<b>Научатся:</b> самостоятельно подбирать методы и приемы	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при	09.12-13.12	

		правилам страховки.	закаливания; Выполнять упражнения со страховкой партнера		выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
41	16	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях полосы препятствий. Игра "Ноги на весу".	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения на гимнастической скамейке; Соблюдать правила безопасного поведения в упражнениях полосы препятствий	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	09.12-13.12	
42	17	Совершенствование прыжков со скакалкой. Игра "Удочка".	<b>Научатся:</b> соблюдать правила	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют	09.12-13.12	

			поведения и предупреждения травматизма во время выполнения прыжков со скакалкой		физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> понимают значения знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
43	18	Разучивание игровых действий эстафет с обручем. скакалкой. Обучение выполнению строевых команд в различных ситуациях.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять упражнения с обручем и скакалкой; Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	16.12-20.12	
44	19	Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гимнастической стенке. Разучивание комплекса упражнений для формирования правильной осанки.	<b>Научатся:</b> распределять свои силы во время лазанья и перелезания по гимнастической стенке;	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	16.12-20.12	

			Выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки		итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействиях. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника.		
45	20	Совершенствование упражнений гимнастики: "стойка на лопатках", "мост", "лодочка", "рыбка". Развитие выносливости в упражнениях полосы препятствий.	<b>Научатся:</b> самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> понимают значения знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	16.12-20.12	
46	21	Совершенствование навыков перемещения по гимнастическим стенкам, кувырки вперед. Подвижная игра "Ноги на весу".	<b>Научатся:</b> соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь	23.12-27.12	



			время занятий физкультурой		для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
47	22	Ознакомление с правилами безопасности в упражнениях с мячами. Разучивание ОРУ с мячами. Совершенствование броска и ловли мяча. Подвижная игра «Вышибалы»	<b>Научатся:</b> выполнять броски и ловлю мяча разными способами; Организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	23.12-27.12	
48	2	Обучение броскам и ловле мяча в паре. Подвижная игра «Мяч соседу»	<b>Научатся:</b> соблюдать правила взаимодействия с партнером; Организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.	23.12-27.12	

					<p><b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>		
<b>3 четверть</b>							
<b>49</b>	<b>3</b>	Обучение различным способам бросков мяча одной рукой. Разучивание подвижной игры «Мяч среднему»	<p><b>Научатся:</b> технически правильно выполнять бросок мяча;</p> <p>Соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	13.01-17.01	
<b>50</b>	<b>4</b>	Обучение упражнениям с мячом у стены. Подвижная игра «Охотники и утки»	<p><b>Научатся:</b> выполнять броски в стену и ловлю мяча на месте и в движении</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и</p>	13.01-17.01	

					упорство в достижении поставленных целей		
51	5	Обучение технике ведения мяча на месте, в движении по прямой, по дуге. Подвижная игра «Мяч из круга».	<b>Научатся:</b> отбивать мяч от пола на месте и в движении; характеризовать роль и значение занятий физкультурой для укрепления здоровья	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13.01-17.01	
52	6	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу». Подвижная игра «Мяч соседу»	<b>Научатся:</b> бросать мяч в цель с правильной постановкой рук; Выполнять упражнение, добиваясь конечного результата	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	20.01-24.01	

					упорство в достижении поставленных целей		
53	7	Совершенствование техники выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху». Подвижная игра «Бросок мяча в колонне»	<b>Научатся:</b> выполнять броски мяча в кольцо способом «сверху»; Организовывать и проводить подвижные игры в помещении; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	20.01-24.01	
54	8	Обучение баскетбольным упражнениям с мячом в парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах»	<b>Научатся:</b> выполнять броски мяча в кольцо разными способами; Взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячом. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога четко следуют ей; осуществляются итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	20.01-24.01	
55	9	Обучение ведению мяча с	<b>Научатся:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и	27.01-	

		передвижением приставными шагами. Подвижная игра «Антivyшибалы»	отбивать мяч от пола, передвигаясь приставным шагом; Выполнять остановку прыжком		формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	31.01	
56	10	Совершенствование бросков набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами»	<b>Научатся:</b> бросать мяч в цель с правильной постановкой рук	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.01-31.01	
57	11	Контроль двигательных	<b>Научатся:</b>	Контроль	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	27.01-	

		качеств: бросок набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы»	технически правильно выполнять бросок набивного мяча; Взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом	двигательных качеств (броски набивного мяча)	ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулирует учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	31.01	
58	12	Обучение передаче мяча в парах. Подвижная игра «Мяч из круга»	<b>Научатся:</b> выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	03.02-07.02	
59	13	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч»	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять броски	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при	03.02-07.02	

			мяча через сетку		<p>выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
60	14	Обучение броскам и ловле мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч»	<p><b>Научатся:</b> технически правильно выполнять броски мяча через сетку</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	03.02-07.02	

61	15	Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Разучивание подвижной игры «Выстрел в небо»	<b>Научатся:</b> выполнять броски мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	10.02-14.02	
62	16	Обучение броскам мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Разучивание подвижной игры «Выстрел в небо»	<b>Научатся:</b> выполнять броски мяча через сетку двумя руками от груди, из-за головы, снизу	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	10.02-14.02	
63	17	Обучение подаче двумя руками из-за головы. Игра в пионербол	<b>Научатся:</b> выполнять подачу мяча через сетку; Перемещаться по площадке по команде «переход»	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	10.02-14.02	
64	18	Обучение подаче мяча через сетку одной рукой. Игра в пионербол.	<b>Научатся:</b> выполнять броски мяча через сетку	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	17.02-21.02	



			различными способами; Соблюдать правила взаимодействия с игроками		способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
65	19	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра в пионербол.	<b>Научатся:</b> ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать в команде; Оценивать и контролировать игровую ситуацию	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль	17.02-21.02	
66	20	Ловля высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра в пионербол.	<b>Научатся:</b> ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать в команде; Оценивать и контролировать игровую ситуацию	Текущий	<b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	17.02-21.02	

67	21	Совершенствование подачи, передачи бросков и ловли мяча через сетку. Игра в пионербол.	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижные игры с мячом; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и	24.02-28.02	
68	22	Совершенствование подачи, передачи бросков и ловли мяча через сетку. Игра в пионербол.	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижные игры с мячом; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	24.02-28.02	
69	23	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по прямой линии.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять ведение мяча ногами; Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	24.02-28.02	
70	24	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по прямой линии.	<b>Научатся:</b> выполнять ведение мяча ногами по дуге		<b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	02.03-06.03	

			различными способами; Самостоятельно распределять роли игроков в команде				
71	25	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками с обводками стоек. Разучивание игры «Слалом с мячом»	<b>Научатся:</b> выполнять ведение мяча ногами по дуге различными способами; Самостоятельно распределять роли игроков в команде	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	02.03-06.03	
72	26	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по дуге с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить игру с элементами футбола; Соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о	02.03-06.03	

					<p>распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>		
73	27	Обучение умению останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	<b>Научатся:</b> играть в футбол в штрафной площадке по правилам безопасного поведения	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	09.03-13.03	

74	28	Обучение передаче и приему мяча ногами в паре на месте и в продвижении. Разучивание игры «Бросок ногой» Броски мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять элементы игры в футбол; Соблюдать правила взаимодействия с игроками технически правильно выполнять бросок малого мяча в горизонтальную цель	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	09.03-13.03	
75	29	Разучивание игры «Бросок ногой» Броски мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять элементы игры в футбол; Соблюдать правила взаимодействия с игроками технически правильно выполнять бросок малого мяча в горизонтальную цель	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	09.03-13.03	

76	30	Игра «Быстрая подача»	<b>Научатся:</b> метать мяч в цель с правильной постановкой рук.	Контроль двигательных качеств (броски малого мяча)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действий. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регулирования своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	16.03-20.03	
77	31	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель. Игра «Быстрая подача»	<b>Научатся:</b> метать мяч в цель с правильной постановкой рук.	Контроль двигательных качеств (броски малого мяча)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действий. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регулирования своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	16.03-20.03	
78	32	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель. Игра «Быстрая подача»	<b>Научатся:</b> метать мяч в цель с правильной постановкой рук.	Контроль двигательных качеств (броски малого мяча)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные	16.03-20.03	

				мяча)	задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действий. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регулирования своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		
<b>4 четверть</b>							
<b>79</b>	<b>1</b>	Совершенствование прыжка в длину с места. Игра «Коньки-горбунки»	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения; Технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	30.03-03.04	
<b>80</b>	<b>2</b>	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на низкой перекладине из виса лежа. Подвижная игра «Коньки-горбунки»	Научатся: выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; Соблюдать	Контроль двигательных качеств (подтягивание)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	30.03-03.04	

			правила взаимодействия с игроками		итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
81	3	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития гибкости различными способами	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следует ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	30.03-03.04	
82	4	Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Игра «Правильный номер с мячом»	<b>Научатся:</b> выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; Соблюдать правила	Контроль двигательных качеств (подъем туловища)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы;	06.04-10.04	



			взаимодействия с игроками		контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
83	5	Разучивание игровых действий эстафет. Игра «Перетяжки»	<b>Научатся:</b> взаимодействовать со сверстниками по правилам в эстафетах; Соблюдать требования техники безопасности при проведении эстафет	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	06.04-10.04	
84	6	Развитие выносливости посредством бега, прыжков, игр. Подвижная игра «День и ночь»	<b>Научатся:</b> распределять свои силы во время продолжительного бега; развивать выносливость различными способами и понимать значение этого	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы,	06.04-10.04	

			качества для человека		обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
85	7	Обучение положению низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять положение низкого старта и стартовое ускорение	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	13.04-17.04	
86	8	Развитие силы (прыгучесть) в прыжках в длину с места и с разбега. Эстафета «Кто дальше прыгнет?»	<b>Научатся:</b> выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в	13.04-17.04	

					общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
87	9	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Обучение прыжкам через низкие барьеры	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения на развитие физических качеств (прыгучести, быстроты, ловкости); осуществлять прыжки через низкие барьеры во время бега	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13.04-17.04	
88	10	Развитие скорости в беге на 30 м с низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	<b>Научатся:</b> соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют	20.04-24.04	

					дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
89	11	Правила безопасного поведения на уроках физкультуры. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м	<b>Научатся:</b> выполнять правила безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	20.04-24.04	
90	12	Совершенствование метания теннисного мяча на дальность. Разучивание игры «Точно в мишень»	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения – метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и	20.04-24.04	

					принимают его; имеют желание учиться		
91	13	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. Подвижная игра «За мячом противника»	<b>Научатся:</b> организовывать места занятий подвижными играми и эстафетами; Выполнять правила безопасного поведения во время игр и эстафет	Контроль двигательных качеств (метание)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	27.04-01.05	
92	14	Контроль пульса. Совершенствование строевых упражнений	<b>Научатся:</b> выполнять подсчет пульса на запястье; Выполнять размыкание в шеренге на вытянутые руки и смыкание	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.04-01.05	
93	15	Контроль за развитием двигательных качеств:	<b>Научатся:</b> технически	Контроль двигательных	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.	27.04-01.05	

		челночный бег 3x10 м. Игра в пионербол	правильно выполнять бросок и ловлю мяча; Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	ых качеств (челночный бег)	<b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
94	16	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионербол	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять бросок и ловлю мяча при игре в пионербол; Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	04.05-08.05	
95	17	Развитие выносливости и быстроты в упражнениях круговой тренировки. Игра	<b>Научатся:</b> распределять свои силы во время	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	04.05-08.05	

		«Вызов номеров»	продолжительного бега; Выполнять упражнения по профилактике нарушений осанки		<b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
96	18	Развитие внимания и ловкости, координации движений в эстафетах с бегом, прыжками и метанием	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития ловкости и координации движений в различных ситуациях	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	04.05-08.05	
97	19	Совершенствование игр «За мячом противника», «Вышибалы», пионербол	<b>Научатся:</b> называть игры и формулировать их правила; Организовывать и проводить	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	11.05-15.05	

			подвижные игры на воздухе и в помещении		<p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		
98	20	Совершенствование строевых упражнений, прыжки в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Подвижная игра «Ловишка»	<p><b>Научатся:</b> самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики; Технически правильно отталкиваться и приземляться</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности,</p>	11.05-15.05	
99	21	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	<p><b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); Выполнять правильное движение рукой для замаха в метании</p>		<p>ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться</p> <p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности,</p>	11.05-15.05	



					ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
100	22	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на дистанцию 30 м. Разучивание игры «Третий лишний»	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; Организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18.05-22.05	
101	23	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18.05-22.05	
102	24	Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять разбег	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия;	18.05-22.05	

		Подведение итогов.	для прыжка в длину		<p>адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
--	--	--------------------	--------------------	--	--	--	--

