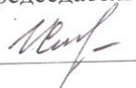




Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 557 Невского района Санкт-Петербурга

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

Рабочая программа курса «Физическая культура»
на 2019-2020 учебный год
3«Б» класс

Составитель: Лебедев К.А., учитель физической культуры

Санкт-Петербург
2019 год

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 привычке 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 в 3 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. Старолавинова) – 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	Школьникова 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.

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 3 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.

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 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 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 виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись. Опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика.

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной в пред), 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 плече 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 асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в

упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

На материале легкой атлетики.

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

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

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 3 Б класса 102 ч.

п/п	Тема урока	Практика	Контроль	Планируемые результаты обучения (личностные, метапредметные, предметные)	Дата		
					план	факт	
1 четверть							
1	1	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Содержание комплекса утренней зарядки. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Подвижная игра «Салки-догонялки»	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс У ГГ	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	02-06. 09.19	
2	2	Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Подвижная игра «Ловишка»	Научатся: самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию	02-06. 09.19	

					партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться		
3	3	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Прыжок в длину с места. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Игра «Салки с домом»	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - разминаться, применяя специальные беговые упражнения	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	02-06. 09.19	
4	4	Контроль за развитием двигательных качеств: развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Прыжок в длину с места. Разучивание игры «Ловишка с лентой»	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в	Контроль двигательных качеств (развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м.)	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и	09-13. 09.19	

			сочетании с дыханием		приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	
5	5	Объяснение понятия «пульсометрия». Развитие силы и ловкости в прыжках в длину с места. Подвижная игра «Удочка»	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	09-13.09.19
6	6	Особенности развития физической культуры у народов Древней Руси. Развитие внимания, координации, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Удочка»	Научатся: - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнение по	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимают оценку учителя.	09-13.09.19

			образцу учителя и показу лучших учеников		<p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>		
7	7	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании 	Текущий	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	16-20.09.19	
8	8	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом противника»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; 	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку</p>	16-20.09.19	

			- соблюдать правила взаимодействия с игроками		учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
9	9	Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью человека Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега.	Научатся: - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; соблюдать правила взаимодействия с партнером	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	16-20. 09.19	
10	10	Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости, координации движений в беге с изменением частоты шагов. Челночный бег 3x10 м. Игра «Два Мороза»	Научатся: - выполнять бег с изменением частоты шагов, с различным ритмом и темпом; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших	Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и	23-27. 09.	

			учеников		взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	
11	11	Развитие выносливости в беге в медленном темпе в течение 5 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете. Челночный бег 3x10 м.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения пятиминутного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	23-27.09.
12	12	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в челночном беге 3x10 м. Разучивание игры «Третий лишний»	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют	23-27.09.

					управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
13	13	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3x10 м. Развитие координационных качеств посредством игр. Подвижная игра «Третий лишний»	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	Контроль двигательных качеств (челночный бег 3x10 м)	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	30.09-04.10.	
14	14	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега	Научатся: - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия: адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	30.09-04.10.	
15	15	Совершенствование прыжка в длину с прямого разбега способом «согнув ноги».	Научатся: - отталкиваться без заступа	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	30.09-04.10.	

		Игра со скакалкой «Пробеги с прыжком»	при выполнении прыжка в длину с разбега; - выполнять безопасное приземление		Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
16	16	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Развитие ловкости в игре со скакалкой «Пробеги с прыжком»	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	07-11.10.	
17	17	Техника безопасности на занятиях по гимнастике и подвижным играм с элементами спортивных игр (баскетбола). Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий;	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют	07-11.10.	

		большими мячами (ловля и передача мяча). Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами.	- выполнять упражнения со скакалками и большими мячами на месте и в продвижении		дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	
18	18	Развитие внимания и координационных способностей в перестроениях в движении. Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с большими мячами (ловля и передача мяча). Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами.	Научатся: -- правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях; — соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	07-11. 10.
19	19	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча).	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	Текущий	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	14-18. 10.

					<i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
20	20	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча). Контроль двигательных качеств (прыжки через скакалку)	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - контролировать свои действия в игре	Контроль двигательных качеств (прыжки через скакалку)	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <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 дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	14-18.10.	
21	21	Правила ТБ выполнения упражнений с мячом. Обучение общеразвивающим упражнениям с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Вышибалы»	Научатся: - грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и	Текущий	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной	14-18.10.	

			предупреждения травматизма во время занятий физкультурой		деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
22	22	Совершенствование бросков и ловли мяча в паре. Разучивание игры «Мяч соседу» Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему»	Научатся: - технически правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами; - выполнять упражнение - по образцу учителя и показу лучших учеников выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель(круг)	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	21-25. 10.	
23	23	Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных	Научатся: - грамотно использовать	Контроль. Тест на гибкость.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и	21-25. 10.	

		способностей в упражнениях с мячом у стены. Тест на гибкость. Подвижная игра «Охотники и утки»	технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой		кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
24	24	Совершенствование броска и ловли мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты ведения мяча в движении. Подвижная игра «Мяч из круга» Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу»	Научатся: - выполнять ведение мяча различными способами технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения; добиваться достижения конечного результата	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию	21-25. 10.	
25	25	Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения.	Научатся: - выполнить упражнение по	Контроль. Ведение и бросок	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	4-8.11	

		Подвижная игра «Бросок мяча в колонне»	образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо	мяча в кольцо.	способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
2 четверть							
26	1	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	Научатся: - технически правильно выполнять перекаты в группировке; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	4-8.11.	
27	2	Совершенствование выполнения кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	4-8.11.	

					<i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
28	3	Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках». Подвижная игра «Посадка картофеля»	Научатся: - технически правильно выполнять «стойку на лопатках»; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма	Текущий	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	11-15.11	
29	4	Совершенствование выполнения упражнения «мост». Обучение упражнениям акробатики в различных сочетаниях. Развитие ориентировки в пространстве в построениях и перестроениях	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы. <i>Регулятивные:</i> используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	11-15.11	
30	5	Контроль за выполнением комплекса гимнастических	Научатся: - соблюдать	Контроль за выпол	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения	11-15.11	

		упражнений. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством упражнений круговой тренировки	правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений круговой тренировки	нением комплекса гимнастических упражнений (кувырок вперед, стойка на лопатках, мост).	поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
31	6	Развитие координации в ходьбе противходом и «змейкой». Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку. Сгибание-разгибание рук. Игра на внимание «Класс, смирно!»	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	18-22.11.	.11.
32	7	Контроль двигательных качеств: сгибание-разгибание рук из положения упор лежа. Подвижная игра «Конники- спортсмены»	Научатся: -выполнять упражнения для развития силы и ловкости	Контроль двигательных качеств: сгибание-разгибание рук из положения	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	18-22.11.	

				упор лежа.	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
33	8	Совершенствование выполнения упражнений в равновесиях и упорах. Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Разучивание игры «Прокати быстрее мяч»	Научатся: - выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре (низкое бревно, гимнастическая скамейка); - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18-22.11.	
34	9	Обучение положению ног углом в висе на перекладине и гимнастической стенке. Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Разучивание игры «Что изменилось?»	Научатся: - технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; - соблюдать правила взаимодействия	Текущий	По питательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции	25-29.11.	

			с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры		своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
35	10	Ознакомление с видами физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики).	Научатся: - самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультурминутки; - технике движения рук и ног в кувырках	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	25-29.11.	
36	11	Развитие гибкости в упражнениях на гимнастических снарядах. Развитие внимания, ловкости и координации в эстафете «Веребочка под ногами». Контроль двигательных качеств: Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине	Научатся: - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во	Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают	25-29.11.	

		(мальчики).	время занятий физкультурой	(девочки), подтягивания на перекладине (мальчики).	возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
37	12	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимнастическими палками и со скакалкой. Развитие координационных способностей в эстафетах с гимнастическими палками. Подвижная игра «Удочка»	Научатся: - оценивать дистанцию и интервал в строю; - выполнять упражнения с гимнастическими палками; - пробегать через вращающуюся скакалку	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	2-6.12.	
38	13	Развитие внимания, скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр.	Научатся: - организовывать и прово-	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и	2-6.12.	

		Совершенствование упражнений акробатики	<p>дять подвижные игры;</p> <p>- контролировать свои действия в игре и наблюдать за действиями других игроков</p>		<p>кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>		
39	14	Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическом бревне. Подвижные игры с элементами строевых и обще развивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. Подвижная игра «Ноги на весу»	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять упражнения для развития ловкости и координации</p>	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	2-6.12.	
40	15	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см на носках,	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять ходьбу по</p>	Текущий	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p>	9-13.12.	

		приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры. Подвижная игра «Заморозки»	гимнастическому бревну различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
41	16	Контроль двигательных качеств: упражнения на гимнастическом бревне. Развитие внимания, мышления, координационных качеств в упражнениях с гимнастическими палками. Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическими палками	Научатся: - выполнять упражнения для развития координации движений в различных ситуациях	Контроль. Упражнения на гимнастическом бревне.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	9-13.12.	
42	17	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80- 100 см: повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком.	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при	9-13.12.	.12.

		Совершенствование упражнений акробатики. Игра с мячами «Передал - садись»	добиваться достижения конечного результата		выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
43	18	Обучение упражнениям на гимнастическом бревне: приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях. Контроль двигательных качеств: упражнения на гимнастическом бревне Разучивание комбинации упражнений с акробатическими элементами. Подвижная игра «Веревочка под ногами»	Научатся: - выполнять упражнения на бревне (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях)	Контроль двигательных качеств: упражнения на гимнастическом бревне	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	16-20.12.	19.12.
44	19	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие коор-	Научатся: - соблюдать	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют	16-20.12.	.12.

		динации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Пустое место»	правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		<p>познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		
45	20	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие координации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Коньки-горбунки»	Научатся: - выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	16-20.12.	.12.
46	21	Упражнения в висе на канате,	Научатся:	Текущий	Познавательные: используют	23-	.12.

		лазанье по канату. Комбинации из освоенных элементов в лазанье и равновесие. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	- выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки - выполнять упражнения на канате		общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.12.	
3 четверть							
47	1	Строевые упражнения. Упражнения в висе на канате, лазанье по канату. Комбинации из освоенных элементов в лазанье и равновесии. Контроль двигательных функций: лазанье по канату. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	Научатся: - выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки - технически правильно выполнять лазанье по канату;	Контроль двигательных функций: лазанье по канату.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	23-27.12.	
48	2	Строевые упражнения. Упражнения в висе на канате, лазанье по канату. Комбинации	Научатся: -технически правильно	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и	23-27.12.	

		из освоенных элементов в лазанье и равновесие. Подведение итогов полугодия. Подвижная игра «Перестрелка».	выполнять лазанье по канату; - организовывать и проводить подвижные игры		кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата		
49	3	ТБ при обучении работе с баскетбольными и набивными мячами. Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в парах. Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах»	Научатся: - выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком	Текущий	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	14.-18.01.2020	
50	4	Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами. Обучение ведению мяча при-	Научатся: - технически правильно выполнять	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают	14-18.01.20	

		ставными шагами правым боком. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами»	броски набивного мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками		правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
51	5	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Обучение игре «Вышибалы двумя мячами»	Научатся: - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы	Контроль двигательных качеств (броски набивного мяча)	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	14-18.01.2020	
52	6	Совершенствование ведения мяча и броска мяча в	Научатся: - самостоятель-	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения	21-25.01.	

		корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину	но определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском		поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
53	7	Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча	Научатся: - выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	21-25.01.	
54	8	Совершенствование ведения мяча с остановкой в два	Научатся: - технически	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения	21-25.01.	

		шага. Обучение поворотам с мячом на месте и передача мяча партнеру. Разучивание игры «Попади в кольцо»	правильно выполнять упражнения с элементами баскетбола; - соблюдать правила взаимодействия с игроками		поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
55	9	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Контроль ведения мяча. Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Контроль ведения мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	28.01-01.02.	
56	10	Ознакомление с правилами спортивных игр: футбола, волейбола, баскетбола. Совершенствование ведения мяча с последующей пере-	Научатся: - давать характеристику, объяснять правила	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия	28.01-01.02.	

		дачей партнеру. Разучивание новых эстафет с ведением и передачей мяча	спортивных игр с мячом; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
57	11	Правила безопасности на уроках ФК в спортивном зале. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Разновидности ходьбы в чередовании с бегом до 150м. Общие развивающие упражнения. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры	Научатся: - технически правильно выполнять движения при ходьбе и беге. - правильно ускоряться при беге на короткие дистанции.	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	28.01-01.02.	
58	12	Подвижные игры с элементами строевых и обще	Научатся: -играть в	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения	4-8.02.	

		развивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками Подвижная игра «Перестрелка»	подвижные игры с элементами ходьбы, бега и прыжков.		поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
59	13	Бег в равномерном темпе до 3 мин. Упражнения с использованием гимнастических скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры	Научатся: - правильно дышать при длительном беге - рассчитывать свои силы при продолжительной физической нагрузке -	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	4-8.02.	
60	14	Бег в равномерном темпе до 4 мин. Упражнения с использованием гимн.	Научатся: - равномерно распределять	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	4-8.02.	

		скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры	свои силы для выполнения поставленной задачи - выполнять упражнения на гимнастической скамейке -		Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
61	15	Бег в равномерном темпе до 5 мин. Упражнения с использованием гимн. скамеек. Бег с ускорением до 30м. Подвижные игры	Научатся: - бегать в равномерном темпе длительное время - выполнять упражнения на гимнастической скамейке - пробегать с ускорением короткие отрезки	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11-15.02.	
62	16	Контроль двигательных качеств (бег в равномерном темпе 5 минут). Беговые эстафеты. Упражнения с использованием гимн.	Научатся: - выполнять упражнения на гимнастической скамейке	Контроль двигательных качеств (бег в	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия	11-15.02.	

		скамеек. Подвижная игра «Два мороза».	- бегать в равномерном темпе не менее 5 минут	равномерном темпе (5 минут)	в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
63	17	Техника безопасности при работе на гимнастическом снаряде «Козел». Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастического козла. Строевые упражнения. Подвижная игра «Белки и охотники».	Научатся: - технике безопасности при работе с гимнаст. снарядом козел. - выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки - выполнять упражнения на гимнастическом козле	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	11-15.02.	
64	18	Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезание, перелезание, спрыгивание с	Научатся: - выполнять силовые упражнения с заданной	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с	18-22.02.	

		гимнастического козла. Подвижная игра «Рыбаки и рыбки».	дозировкой нагрузки - выполнять упражнения на координацию движений - технически правильно выполнять упражнения на гимнаст. козле		поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
65	19	Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезание, перелазанье, спрыгивание с гимнастического козла. Контроль двигательных качеств (упражнения на гимнастическом козле) Подвижная игра «День и ночь».	Научатся: - выполнять залезание, перелазание, спрыгивание на гимнаст. козле - выполнять упражнения для развития координации движений - коллективным действиям во время командной игры.	Контроль двигательных качеств (упражнения на гимнаст. козле)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18-22.02.	
66	20	Правила безопасности на уроках с футбольными мячами в спортивном зале. Обучение ведению мяча	Научатся: - технически правильно выполнять	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	18-22.02	

		внутренней и внешней частью подъема ноги по прямой линии. Правила игры мини-футбол.	ведение мяча ногами; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий мини-футболом.		Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
67	21	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги по дуге с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	Научатся: - выполнять ведение мяча ногами по дуге различными способами; самостоятельно распределять роли игроков в команде	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	25.02-01.03.	
68	22	Обучение ведению мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками с обводками стоек.	Научатся: - организовывать и проводить подвиж-	Контроль ведения мяча двумя	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	25.02-01.03.	

		Разучивание игры «Слалом с мячом». Контроль ведения мяча двумя ногами.	ные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками организовывать и проводить игру с элементами футбола;	ногами.	Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в кош роле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы		
69	23	Правила безопасности на уроках с волейбольными мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки»	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий с мячом	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	25.02-1.03.	

70	24	Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку; организовывать и проводить подвижные игры 	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	4-8.03.	.
71	25	Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи 	Текущий	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	4-8.03.	

72	26	Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи. Правила игры в пионербол. Игра в пионербол	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы; - перемещаться по площадке по команде «переход» - правилам игры в пионербол 	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	4-8.03.	
73	27	Обучение подаче мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Правила игры в пионербол. Игра в пионербол	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку; - организовывать и проводить игру «Пионербол» 	Текущий	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении</p>	11-15.03.	

					поставленных целей		
74	28	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол. Игра в пионербол.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11-15.03.	
75	29	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол. Игра в пионербол	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11-15.03.	
76	30	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку.	Научатся: - организовыв-	Контроль двигателя	Познавательные: используют общие приемы решения	18-22.03.	

		Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол. Контроль двигательных качеств при игре в пионербол.	вать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	ных качеств при игре в пионербол	поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
77	31	Обучение умению останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	Научатся: - добиваться достижения конечного результата; - организовывать и проводить подвижную игру останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	18-22.03.	
78	32	Обучение передаче и приему мяча ногами в паре на месте и в продвижении. Разучивание игры «Бросок ногой»	Научатся: технически правильно выполнять	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые	18-22.03.	

		Броски мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол.	элементы игры в мини-футбол; - Соблюдать правила взаимодействия с игроками технически правильно выполнять бросок ногой малого мяча в горизонтальную цель - играть в мини-футбол		коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
4 четверть							
79	1	Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике. Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Волк и зайцы».	Научатся: Технике безопасности при занятиях легкой атлетикой; - технически правильно преодолевать препятствия при беге - выполнять разбег при прыжках в высоту	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	1-5.04.	

80	2	<p>Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Общеразвивающие упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Коньки-горбунки»</p>	<p>Научатся: - технически правильно выполнять общеразвивающие упражнения - разновидностям ходьбы; - добиваться достижения конечного результата в игре</p>	<p>Контроль двигательных качеств (подтягивания на перекладине)</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	1-5.04.	
81	3	<p>Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. Подвижная игра «Волк и зайцы»</p>	<p>Научатся: - технически правильно выполнять элементы строевых упражнений - технически правильно выполнять общеразвивающие упражнения - добиваться достижения</p>	<p>Текущий</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают</p>	1-5.04.	

			конечного результата в игре		бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
82	4	Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры.	Научатся: - выполнять упражнения с использованием гимнастической скамейки; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	8-12.04.	
83	5	Разновидности ходьбы, ходьба и бег с преодолением препятствий. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Контроль прыжков в высоту с прямого разбега (с учетом овладения техникой). Игра «Третий лишний»	Научатся: - выполнять разновидности ходьбы. - прыжкам в высоту с прямого разбега, Ловкости и скорости при игре «Третий лишний».	Контроль прыжков в высоту с прямого разбега (с учетом овладения техникой)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и	8-12.04.	

					управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
84	6	Бег в равномерном темпе до 2 мин. Упражнения с использованием гимн. стенки. Челночный бег 3*10м. Метание малого мяча в цель. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	<p>Научатся: технически правильно выполнять упражнения на гимнаст. стенке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками 	Текущий	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	8-12.04.	
85	7	Бег в равномерном темпе до 3 мин. Упражнения с использованием гимн. стенки. Тест на гибкость / р-т. Челночный бег 3*10м. Метание малого мяча в цель. Игра «Перетяжки»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бегать в равномерном темпе. - технически правильно выполнять упражнения на гимнаст. стенке; - гибкости 	Контроль двигательных качеств (тест на гибкость)	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: проявляют положительные качества личности и</p>	15-19.04.	

					управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
86	8	Объяснение правил безопасности на спортивной площадке. Бег в равномерном темпе до 4 мин. Развитие выносливости в ходьбе, беге, прыжках, играх. Подвижная игра «Салки-догонялки»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями - развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках и играх 	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	15-19.04.	
87	9	Бег в равномерном темпе до 5 минут. Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорением 	Текущий	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим</p>	15-19.04.	

					сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
88	10	Бег в равномерном темпе до 6 минут. Разучивание техники прыжка в длину с разбега. Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?» Челночный бег 3 x10 м.	Научатся: - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления -участвовать в командных эстафетах	Контроль двигательных качеств (Бег в равномерном темпе до 6 минут)	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	22-26.04.	
89	11	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10 м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры	Научатся: - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в	22-26.04.	

					различных нестандартных ситуациях		
90	12	Развитие скоростных качеств в беге на 30 м с высокого и низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий. Разучивание техники прыжка в длину с разбега.	Научатся: выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями - прыгать в длину с разбега	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	22-26.04.	
91	13	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке. Разучивание техники прыжка в длину с разбега.	Научатся: выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	29.04-3.05.	
92	14	Медленный бег до 1000 м.	Научатся:	Текущий	Познавательные: самостоятельно	29.04-	

		Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости. Разучивание техники прыжка в длину с разбега.	<ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м; - выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног 		<p>выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	3.05.	
93	15	Медленный бег до 1000 м. Контроль за развитием двигательных качеств: техника прыжка в длину с разбега. Метание теннисного мяча в цель и на дальность Подвижная игра «За мячом противника»	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками - прыгать в длину с разбега. 	Контроль двигательных качеств (техника прыжка в длину с разбега).	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении</p>	29.04-3.05.	

					поставленных целей		
94	16	Медленный бег до 1000 м. Контроль пульса. Понятие частота сердечных сокращений. Метание теннисного мяча в цель и на дальность. Подвижная игра «Горячая картошка»	Научатся: - выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки -регулировать нагрузки организма -проявлять сообразительность в игре.	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	6-10.05.	
95	17	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м. Метание теннисного мяча в цель и на дальность. Подвижная игра «Казак-разбойники».	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Контроль двигательных качеств (бег на 1000 м)	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных местах и различных ситуациях.	6-10.05.	
96	18	Развитие выносливости в	Научатся:	Текущий	Познавательные: используют	6-	

		кроссовой подготовке Метание теннисного мяча на дальность. Игра в пионербол и в мини-футбол.	равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса -командным действиям во время спортивных игр		общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	10.05.	
97	19	Контроль за развитием двигательных качеств (метание теннисного мяча на дальность). Разучивание игры «Метатели»	Научатся: - технически правильно выполнять метание теннисного мяча на дальность; соблюдать правила взаимодействия с игроками команды	Контроль двигательных качеств (метание теннисного мяча на дальность)	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13-17.05.	
98	20	Равномерный бег до 6 минут. Подвижные игры с элементами	Научатся: - выполнять	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения	13-17.05.	

		строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. Подвижная игра «Захват флага».	бег до 6 минут. -четко выполнять строевые и обще развивающие упражнения -уважительно взаимодействовать с товарищами по команде, соперниками и судьями во время игры.		поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
99	21	Равномерный бег до 6 минут. Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Подвижная игра «Вызов номеров».	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (бег с изменением направления движения); - выполнять упражнения со скакалкой.	Текущий	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	13-17.05.	
100	22	Равномерный бег до 6 минут. Бег с изменением направления движения.	Научатся: - правильно передавать	Текущий	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	20-24.05.	

		Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Разучивание игровых действий эстафет (бег, прыжки, передача предметов).	эстафету в различных ситуациях -уметь выполнять упражнения со скакалкой		способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
101	23	Равномерный бег до 6 минут. Бег с изменением направления движения. Упражнения со скакалкой. Упражнения с мячами. Спортивные игры пионербол, мини-футбол.	Научатся: - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице	Текущий	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	20-24.05.	

102	24	Подведение итогов учебного года	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице - подводить итоги своего труда и ставить новые цели. 	Текущий	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	20-24.05.	
-----	----	---------------------------------	---	---------	---	-----------	--

