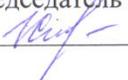


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 557 невского района Санкт-Петербурга

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



Рабочая программа по физической культуре  
на 2019-2020 учебный год

3 «В» класс

Составитель:  
Легков С.И., учитель физической культуры

Санкт-Петербург

2019

## Пояснительная записка

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Уроки физической – это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. Особенностью урочных занятий в этом классе является углублённое обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, элементы единоборств, лыжная подготовка). Углубляются знания о личной

гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры учащиеся получают представления о физической культуре личности, её взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Большое значение в подростковом возрасте придаётся выработке 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 вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись. Опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика.

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

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

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

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

Низкий старт.

Стартовое ускорение.

Финиширование.

Лыжные гонки.

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на 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 асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

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

упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх вперед толчком одной ногой и двумя ногами о 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	
<b>1 четверть</b>							
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»	<b>Научатся:</b> - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс У ГГ	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	02.09-06.09	
2	2	Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Подвижная игра «Ловишка»	<b>Научатся:</b> о выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию	02.09-06.09	

					партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> 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»	<b>Научатся:</b> - выполнять организующие строевые команды и приемы; - разминаться, применяя специальные беговые упражнения	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	02.09-06.09	
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»	<b>Научатся:</b> - 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.)	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и	09.09-13.09	

			сочетании с дыханием		приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> 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»	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	09.09-13.09	
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»	<b>Научатся:</b> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнение по	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> 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.	09.09-13.09	

			образцу учителя и показу лучших учеников		<p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>		
7	7	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов);</li> <li>- выполнять правильное движение рукой для замаха в метании</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	16.09-20.09	
8	8	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом противника»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча;</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку</p>	16.09-20.09	

			- соблюдать правила взаимодействия с игроками		учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> 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.	<b>Научатся:</b> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; соблюдать правила взаимодействия с партнером	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	16.09-20.09	
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»	<b>Научатся:</b> - 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 .	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и	23.09-27.09	

			учеников		взаимодействии. <b>Личностные:</b> 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.	<b>Научатся:</b> - равномерно распределять свои силы для завершения пятиминутного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	23.09-27.09
12	12	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в челночном беге 3x10 м. Разучивание игры «Третий лишний»	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют	23.09-27.09

					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»	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	Контроль двигательных качеств (челночный бег 3x10 м)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> 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	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия: адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	30.09-04.10	
15	15	Совершенствование прыжка в длину с прямого разбега способом «согнув ноги».	<b>Научатся:</b> - отталкиваться без заступа	Текущий	<b>Познавательные:</b> 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		<b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; 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»	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	07.10-11.10	
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	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий;	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют	07.10-11.10	

		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.	<b>Научатся:</b> -- правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях; — соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	07.10-11.10
19	19	Подвижные игры с элементами строевых и общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками через скакалку, с большими мячами (ловля и передача мяча).	<b>Научатся:</b> - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	14.10-18.10

					<i><b>Личностные:</b></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)	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить подвижные игры; - контролировать свои действия в игре	Контроль двигательных качеств (прыжки через скакалку)	<i><b>Познавательные:</b></i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i><b>Регулятивные:</b></i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i><b>Коммуникативные:</b></i> используют речь для регуляции своего действия. <i><b>Личностные:</b></i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	14.10-18.10	
21	21	Правила выполнения упражнений с мячом. Обучение общеразвивающим упражнениям с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Вышибалы»	<b>Научатся:</b> - грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и	Текущий	<i><b>Познавательные:</b></i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i><b>Регулятивные:</b></i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i><b>Коммуникативные:</b></i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной	14.10-18.10	

			предупреждения травматизма во время занятий физкультурой		деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> 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»	<b>Научатся:</b> - 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	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> 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. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	21.10-25.10	
23	23	Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных	<b>Научатся:</b> - грамотно использовать	Контроль. Тест на гибкость.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и	21.10-25.10	

		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. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
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»	<b>Научатся:</b> - выполнять ведение мяча различными способами технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения; добиваться достижения конечного результата	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию	21.10-25.10	
II четверть							
25	25	Совершенствование бросков мяча в кольцо способом	<b>Научатся:</b> - выполнить	Контроль. Ведение и	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы;	04.11-08.11	

		«сверху» после ведения. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне»	упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо	бросок мяча в кольцо.	ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
26	1	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять перекаты в группировке; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	04.11-08.11	
27	2	Совершенствование выполнения кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	04.11-08.11	

					<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»	<b>Научатся:</b> - 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	11.11-15.11	
29	4	Совершенствование выполнения упражнения «мост». Обучение упражнениям акробатики в различных сочетаниях. Развитие ориентировки в пространстве в построениях и перестроениях	<b>Научатся:</b> - 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	11.11-15.11	
30	5	Контроль за выполнением комплекса гимнастических	<b>Научатся:</b> - соблюдать	Контроль за выпол	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения	11.11-15.11	

		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. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
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!»	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	18.11-22.11	
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	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	18.11-22.11	

				упор лежа.	<b>Коммуникативные:</b> 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. <b>Личностные:</b> 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	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18.11-22.11	
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?»	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; - соблюдать правила взаимодействия	Текущий	<b>По питательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции	25.11-29.11	

			с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры		своего действия. <b>Личностные:</b> 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).	<b>Научатся:</b> - самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультурминутки; - технике движения рук и ног в кувырках	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	25.11-29.11	
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	<b>Научатся:</b> - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во	Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> допускают	25.11-29.11	

		(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. <b>Личностные:</b> 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»	<b>Научатся:</b> - оценивать дистанцию и интервал в строю; - выполнять упражнения с гимнастическими палками; - пробегать через вращающуюся скакалку	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	02.12-06.12	
38	13	Развитие внимания, скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр.	<b>Научатся:</b> - организовывать и прово-	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и	02.12-06.12	

		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><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют 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 общеразвивающих упражнений, ходьбы и бега, с прыжками. Подвижная игра «Ноги на весу»	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- выполнять упражнения для развития ловкости и координации</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	02.12-06.12	
40	15	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см на носках,	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- выполнять ходьбу по</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p>	09.12-13.12	

		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		<b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
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.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	09.12-13.12	
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	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при	09.12-13.12	

		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. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
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»	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения на бревне (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях)	Контроль двигательных качеств: упражнения на гимнастическом бревне	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	16.12-20.12	
44	19	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие коор-	<b>Научатся:</b> - соблюдать	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют	16.12-20.12	

		динации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Пустое место»	правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями		<p>познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> 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»	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	16.12-20.12	
46	21	Обучение упражнениям с	<b>Научался:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют	23.12-	

		гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастического козла Строевые упражнения. Упражнения со скакалкой. <b>Подтягивание на р-т.</b> Упражнения в виси на канате, лазанье по канату. Комбинации из освоенных элементов в лазанье и равновесии. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	- выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки		общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.12	
47	1	Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастического козла Строевые упражнения. Упражнения в виси на канате, лазанье по канату. Комбинации из освоенных элементов в лазаньи и равновесии. Контроль двигательных функций: лазанье по канату. Подвижные игры с элементами строевых упражнений, ходьбы и бега.	<b>Научался:</b> - выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки	Контроль двигательных функций: лазанье по канату.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	23.12-27.12	
48	2	ТБ при обучении работе с баскетбольными мячами. Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в	<b>Научатся:</b> -технически правильно выполнять	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую	23.12-27.12	

		парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах»	броски мяча в кольцо разными способами; - организовывать и проводить подвижные игры		культуру как занятия физическими упражнениями. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата		
III четверть							
49	3	Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. Подвижная игра «Антивышибалы»	<b>Научатся:</b> - выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком	Текущий	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13.01-17.01	
50	4	Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами. Подвижная игра «Вышибалы»	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают	13.01-17.01	

		двумя мячами»	броски набивного мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками		правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <b>Коммуникативные:</b> 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. <b>Личностные:</b> 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»	<b>Научатся:</b> - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы	Контроль двигательных качеств (броски набивного мяча)	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13.01-17.01	
52	6	Совершенствование ведения мяча и броска мяча в	<b>Научатся:</b> - самостоятель-	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	20.01-24.01	

		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. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
53	7	Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча	<b>Научатся:</b> - выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	20.01-24.01	
54	8	Совершенствование ведения мяча с остановкой в два	<b>Научатся:</b> - технически	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	20.01-24.01	

		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. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
55	9	Совершенствование ведения мяча с изменением направления. Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.01-31.01	
56	10	Ознакомление с правилами спортивных игр: футбола, волейбола, баскетбола. Совершенствование ведения мяча с последующей пере-	<b>Научатся:</b> - давать характеристику, объяснять правила	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия	27.01-31.01	

		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. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
57	11	Правила безопасности на уроках	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.01-31.01	
58	12	Подвижная игра «Перестрелка»	<b>Научатся:</b> - самостоятел	Текущий	<b>Познавательные:</b> попользуют общие приемы решения	03.02-07.02	

			бно подбирать форму одежды в соответствии с погодой; - передвигаться ступающим и скользящим шагом по дистанции		поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
59	13	Совершенствование скользящего и ступающего шага на лыжах без палок. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км со средней скоростью	<b>Научатся:</b> - продвигаться по дистанции со средней скоростью; - выполнять обгон по дистанции	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	03.02-07.02	
60	14	Обучение технике спусков и подъемов на склоне в ниткой стойке без палок. Прохож-	<b>Научатся:</b> - равномерно распределять	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	03.02-07.02	

		дение дистанции 1 км с раздельным стартом на время	свои силы в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км; - выполнять обгон на дистанции		<b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
61	15	Обучение поворотам и приставным шагам при прохождении дистанции. Совершенствование спуска в основной стойке с торможением палками	<b>Научатся:</b> - выполнять шаги на лыжах различными способами при прохождении дистанции; - выполнять спуск и подъем на лыжах с палками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	10.02-14.02	
62	16	Разучивание различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. Подвижная игра «Кто дальше	<b>Научатся:</b> - корректировать технику торможения и	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия	10.02-14.02	

		прокатится».	поворотов при спуске на лыжах с палками и без		в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
63	17	Совершенствование техники лыжных ходов. Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах	<b>Научатся:</b> - выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	10.02-14.02	
64	18	Обучение поворотам на лыжах «упором». Совершенствование подъема на лыжах. Разучивание игры «Подними предмет»	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять на лыжах повороты	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с	17.02-21.02	

			«упором»		<p>поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
65	19	Совершенствование поворотов на лыжах на месте переступанием вокруг носков и пяток, поворотов «упором». Обучение падению на лыжах на бок под уклон на месте и в движении. Разучивание игры «Затормози до линии»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами;</li> <li>- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	17.02-21.02	
66	20	Совершенствование передвижения на лыжах с палками с чередованием шагов и хода во время прохождения дис-	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять движение на лыжах по</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p>	17.02-21.02	

		танции 1 000 м с раздельного старта на время. Разучивание игры «Охотники и олени»	дистанции с чередованием шагов и хода		<b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
67	21	Ознакомление с понятием «физическая нагрузка» и ее влияние на частоту сердечных сокращений. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1500 м и вы- полнении подъема	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять на лыжах подь- емы и спуски при прохожде- нии дистанции	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	24.02- 28.02	
68	22	Развитие внимания, двига- тельных и координационных качеств посредством подвиж- ных игр на лыжах и без лыж	<b>Научатся:</b> - организовыв ать и прово- дить подвиж-	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	24.02- 28.02	

			<p>ные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>		<p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в кош роле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы</p>	
69	23	<p>Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки»</p>	<p><b>Научатся:</b> - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	24.02-28.02

70	24	Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку;</li> <li>организовывать и проводить подвижные игры</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	02.03-06.03	
71	25	Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	02.03-06.03	

72	26	Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в пионербол	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы;</li> <li>- перемещаться по площадке по команде «переход»</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	02.03-06.03	
73	27	Обучение подаче мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку;</li> <li>- организовывать и проводить подвижные игры</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении</p>	09.03-13.03	

					поставленных целей		
74	28	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	09.03-13.03	
75	29	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	09.03-13.03	
76	30	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку.	<b>Научатся:</b> - организовы-	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	16.03-20.03	

		Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол	<p>вать и проводить подвижные игры;</p> <p>- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников</p>		<p>поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
77	31	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- добиваться достижения конечного результата;</p> <p>- организовывать и проводить подвижные игры</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	16.03-20.03	
78	32	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- добиваться достижения конечного</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые</p>	16.03-20.03	

		мячей»	результата; - организовывать и проводить подвижные игры		коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
<b>79</b>	<b>1</b>	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Бег коротким, средним и длинным шагом. Игра "Вызов номеров". Строевые упражнения. ОРУ. Высокий старт. Прыжка в длину с места.	<b>Научатся:</b> самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	30.03-03.04	
<b>80</b>	<b>2</b>	Контроль за развитием двигательных качеств: подтя-	<b>Научатся:</b> - технически	Контроль двига-	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения	30.03-03.04	

		<p>гивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Подвижная игра «Коньки-горбунки»</p>	<p>правильно выполнять подтягивание на перекладине; - добиваться достижения конечного результата</p>	<p>тельных качеств (подтягивания на перекладине)</p>	<p>поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
81	3	<p>Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Ладшки», «Погончики», «Насос», «Кошка». Подвижная игра «Волк и зайцы»</p>	<p><b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой</p>	<p>Текущий</p>	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с</p>	30.03-03.04	

					ними общий язык и общие интересы		
82	4	Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Обними плечи», «Большой маятник», «Перекаты», «Шаги». Развитие силы в упражнениях с гантелями. Разучивание игры «Заморозки»	<b>Научатся:</b> - соблюдать ритм при выполнении дыхательных упражнений; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	06.04-10.04	
83	5	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития гибкости различными способами	Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	06.04-10.04	

84	6	<p>Совершенствование дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд.</p> <p>Разучивание игры «Увертайся от мяча»</p>	<p><b>Научатся:</b> технически правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить подвижные игры;</li> <li>- соблюдать правила взаимодействия с игроками</li> </ul>	Контроль двигательных качеств (подъем туловища из положения лежа)	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии <b>способов</b> решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	06.04-10.04	
85	7	<p>Обучение гимнастике для глаз. Разучивание игровых действий эстафет с акробатическими упражнениями.</p> <p>Игра «Перетяжки»</p>	<p><b>Научатся:</b> самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	13.04-17.04	

86	8	Объяснение правил безопасности на спортивной площадке. Развитие выносливости в ходьбе, беге, прыжках, играх. Подвижная игра «Салки-догонялки»	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	13.04-17.04	
87	9	Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорением	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	13.04-17.04	
88	10	Совершенствование техники	<b>Научатся:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> ставят и	20.04-	

		прыжка в длину с разбега. Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?»	- выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления		формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	24.04	
89	11	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10 м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	20.04-24.04	
90	12	Развитие скоростных качеств	<b>Научатся:</b>	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют	20.04-	

		в беге на 30 м с высокого и низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями		общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	24.04	
91	13	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке	<b>Научатся:</b> выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	27.04-01.05	
92	14	Медленный бег до 1000 м. Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражне-	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые	27.04-01.05	

			<p>ния - медленный бег до 1000 м;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног</li> </ul>		<p>коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>		
93	15	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. Подвижная игра «За мячом противника»	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать подвижные игры;</li> <li>- соблюдать правила взаимодействия с игроками</li> </ul>	Контроль двигательных качеств	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	27.04-01.05	
94	16	Медленный бег до 1000 м. Контроль пульса. Подвижная	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять</li> </ul>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения</p>	04.05-08.05	

		игра «Горячая картошка»	подсчет пульса до занятий и после нагрузки		<p>поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
95	17	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м. Игра в пионербол	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега;</li> <li>- оценивать величину нагрузки по частоте пульса</li> </ul>	Контроль двигательных качеств (бег на 1000 м)	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных местах и различных ситуациях.</p>	04.05-08.05	
96	18	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионер-	<p><b>Научатся:</b></p> <p>равномерно распределять свои силы в</p>	Текущий	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои</p>	04.05-08.05	

		бол	кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса		действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
97	19	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Вызов номеров»	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять прыжок с разбега; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину)	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	11.05-15.05	
98	20	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель.	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения в броске	Контроль	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с	11.05-15.05	

			мяча в цель		поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
99	21	Совершенствование метания на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании	Текущий	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	11.05-15.05	
100	22	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Разучивание игровых действий эстафет (бег, прыжки, метания)	<b>Научатся:</b> - правильно передавать эстафету в различных ситуациях	Контроль двигательных качеств (броски набивного мяча)	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	18.05-22.05	

					используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
101	23	Подведение итогов учебного года	<b>Научатся:</b> - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	18.05-22.05	
102	24	Подведение итогов учебного года	<b>Научатся:</b> - называть игры и формулировать	Текущий	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и	18.05-22.05	

		их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице		<p>сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

