

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ Г.КЕРЧИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ШКОЛА №9»**

«Рассмотрено» Руководитель МО Акулова Г.Г. Протокол заседания МО № от « »августа 2016г.	«Согласовано» Заместитель директора по УВР Г.Р. Ризванова «__»августа 2016 г.	«Утверждаю» Директор Лоштун О. Б. «__»августа2016 г.
--	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре**

Ступень обучения - начальное общее ,1 класс

Срок реализации программы -1год

Учебный год 2016-2017

Количество часов в неделю-3

Количество часов в год- 99

Учебник «Физическая культура» 1 класс,В.И.Лях, 2010г.

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации

Рабочую программу составила Мержиевская И.Г., учитель первой квалификационной категории

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта (II) начального общего образования, примерной образовательной программы, Комплексной программы физического воспитания учащихся и ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Лях, В. И. Физическая культура. 1–4 классы : учеб. для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2010.
2. Лях, В. И. Программы общеобразовательных учреждений : Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2010.

Предметом обучения физической культуре в 1 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
- овладение школой движения;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;
- развитие координационных способностей.

Предметные результаты

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним, находить общие интересы с ними.
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками.

Метапредметными результатами освоения

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и отбирать способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;

– обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;

– организовывать занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

- анализировать и оценивать результаты своего труда, находить способы его улучшения.

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня;
- изложение фактов истории развития физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела), развитие основных физических качеств;

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять двигательные действия, анализировать и находить ошибки, их исправлять;

Содержание предмета

На основании Примерных программ Минобрнауки РФ, содержащих требования к минимальному объёму содержания образования по предметному курсу, и с учётом стандарта конкретного образовательного учреждения реализуется программа базового уровня.

В рабочей программе выстроена система учебных уроков и педагогических средств, с помощью которых формируются универсальные учебные действия, дано учебно –методическое обеспечение.

На уроки в 1 классе выделяют 99 часов (3 часа в неделю, 33 учебных недели).

базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры.

Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся и 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.

№ ур ок а	Наименование раздела программы	Тема урока	Характеристика деятельности ученика	Содержание урока	Формируемые УУД(познавательные, регулятивные, личностные, коммуникативные)	Дата проведения	
						по плану	по факту
1.	I четверть Основы знаний	Вводный и -ж. Первичный и- ж по Т/б. Основы знаний.	Цель: познакомить с правилами поведения в спортивном зале Определять назначение физкультурно- оздоровительных занятий, их роль и значение в режиме дня	Вводный инструктаж. Первичный инструктаж по т/б. Инструктаж по л/а.. Режим дня школьника и его значение. (презентация).	Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу		
2	<i>Легкая атлетика</i> <u>Ходьба и бег</u>	Форма- игра. Виды ходьбы.СУ	Выявлять различия в основных способах передвижения человека. Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок. Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Моделировать сочетание различных видов ходьбы.	Комплекс ОРУ. Строевые упражнения: основная стойка, построение в колонну по одному и в шеренгу. Ходьба обычная, на пятках, носках, в полуприседе, с различным положением рук, под счет учителя, коротким и средним шагом. П/игра на внимание «Запрещенное движение»	Регулятивные: Учиться работать по предложенному учителем плану. Коммуникативные: Совместно договариваться о правилах общения и поведения на уроках и следовать им. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.		
3		Форма- игра. Бег с изменением направления и скорости. СУ	Выявлять различия в основных способах передвижения человека Осваивать технику выполнения беговых упражнений. Моделировать сочетание различных видов ходьбы и бега.	Комплекс ОРУ. Строевые упражнения: основная стойка, построение в колонну по одному и в шеренгу. Ходьба обычная, на пятках, носках, в полуприседе, с различным положением рук, под счет учителя, коротким, средним шагом и длинным шагом. Бег с изменением направления движения по указанию учителя, по сигналу. Обычный бег, коротким, средним и длинным шагом.	Познавательные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Личностные: Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.		
4		Форма- игра. Специальные беговые упражнения .	Моделировать ситуации, требующие перехода от одних действий к другим. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Бег с высоким подниманием бедра, захлест голени, выбрасывание прямых ног вперед. См. урок № 3. П/игра: Игра «К своим флажкам»	Коммуникативные: Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению; Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
5		Форма- игра. Специальные беговые упражнения .	Моделировать ситуации, требующие перехода от одних действий к другим. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать умение использовать	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Бег с высоким подниманием бедра, захлест голени, выбрасывание прямых ног вперед. См. урок № 3. П/игра: Игра «К своим флажкам»	Коммуникативные: Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению;		

			положение рук и длину шага во время ходьбы.		Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
6		Развитие координационных способностей	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация). Уметь выполнять основные движения в ходьбе и беге. Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.	Комплекс ОРУ. Бег с высоким подниманием бедра, захлест голени, выбрасывание прямых ног вперед. См. урок № 3. Бег по определенному коридору. П/игра: Игра «К своим флажкам» Эстафеты.	Предметные: Отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия		
7		Развитие координационных способностей	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация). Уметь выполнять основные движения в ходьбе и беге. Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.	Комплекс ОРУ. Бег с высоким подниманием бедра, захлест голени, выбрасывание прямых ног вперед. См. урок № 3. Бег по определенному коридору. П/игра: Игра «К своим флажкам» Эстафеты.	Предметные: Отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия		
8		Развитие скоростных способностей	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м.	Комплекс ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (15 – 20 м) – 2 -3 раза в чередовании со спокойным бегом. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10 с.). П/игра: «Вызов номеров»	Предметные: Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в своей работе, сравнивая с образцом. Личностные: Установление обучающимися связи между целью учебной деятельности и её мотивом;		
9		Развитие скоростных способностей	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м. Прогнозировать результат выполнения – бег 30 м. Контролировать и осуществлять контроль за правильностью выполнения данного упражнения.	Комплекс ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости. Бег с максимальной скоростью – 30 м (2 подхода). П/игра: «Вызов номеров»	Предметные: Развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма. Регулятивные: Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану; Познавательные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.		
10		Развитие скоростной	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и	Комплекс ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в	Предметные: Развитие основных физических качеств и расширение		

		выносливость и	координации при выполнении беговых упражнений. Сравнить разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Воль-но!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».	чередовании с ходьбой до 500 м. П/игра на внимание: «Карлики и великаны»	функциональных возможностей организма. Познавательные: Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Регулятивные: Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану;.		
11	<u>Метание</u>	Развитие скоростно-силовых способностей .	Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости Осваивать технику метания малого мяча.	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски и ловля набивных мячей: 0,5 кг. в парах двумя руками от груди вперед-вверх, из положения стоя ноги на ширине плеч, грудью в направлении метания. П/игра «Точный расчет»	Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Регулятивные: Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно. Регулятивные: Определять цель выполнения заданий на уроке, во внеурочной деятельности, в жизненных ситуациях под руководством учителя.		
12		Урок-игра. Метание мяча в цель	Уметь метать из различных положений. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Сравнить разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный.	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Броски в стену (щит) малого мяча одной и обеими руками на дальность отскока с расстояния 3 – 6 м из различных И. П. с места. Метание в горизонтальную и вертикальную цель (2 х 2 м) с расстояния 3 – 4 метров. П/игра «Кто дальше бросит»	Предметные: Формирование культуры движений; Коммуникативные: Понимание принятия различных позиций и точки зрения на предмет. Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям		
13		Метание мяча на дальность П/игра «Лисы и куры»	Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча Сравнить разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный. Применять упражнения в метании мяча для развития физ- их качеств.	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх). Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. . П/игра «Кто дальше бросит»	Регулятивные: Учиться отличать верно выполненное задание от неверного. Личностные: Освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к учению. Предметные: Развитие физических качеств и физических способностей.		
14	<u>Прыжки</u>	Урок-игра. Развитие силовых способностей и прыгучести.	Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости Умение сосредотачиваться перед выполнением задания.	Комплекс с набивными мячами (до 0,5 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки	Предметные: Развитие физических качеств и физических способностей. Регулятивные: Оценка своего задания по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при выполнении. Личностные: Научаться рассматривать физическую культуру как явление		

				на заданную длину по ориентирам. Игра «Зайцы в огороде»	общечеловеческой культуры, как способ жизнедеятельности человека.		
15		Урок- игра. Развитие силовых способностей и прыгучести	Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости Умение сосредотачиваться перед выполнением задания.	Комплекс с набивными мячами (до 0,5 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Игра «Зайцы в огороде»	Предметные: Развитие физических качеств и физических способностей. Регулятивные: Оценка своего задания по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при выполнении. Личностные: Научаться рассматривать физическую культуру как явление общечеловеческой культуры, как способ жизнедеятельности человека.		
16		Урок- игра. Прыжки на скакалке.	Осваивать технику выполнения прыжка в длину с места. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Применять прыжковые упражнения для развития физических качеств.	См. урок № 15- 16. Прыжки в длину с места. Прыжки на скакалке. П/игра «Прыгающие воробушки»	Предметные: Обогащение двигательного опыта физическими упражнениями; Личностные: Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. Регулятивные: Самостоятельно определять важность или необходимость выполнения различных задания в учебном процессе		
17		Прыжок в длину с разбега .	Осваивать технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги. Контролировать: обнаруживать и устранять ошибки (в ходе выполнения) данного упражнения. Уметь ориентироваться в пространстве.	См. урок № 15- 16. Прыжок в длину с 3- 4 шагов разбега с приземлением на две ноги. Прыжки через препятствие. П/игра «Лисы и куры»	Регулятивные: Формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке); Личностные: Освоение личностного смысла учения, желания учиться. Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата;		
18	<u>Длительный бег</u>	Форма- путешествие Развитие выносливост и. П/игра.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (выносливость). Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) до 1000метров. П/игра на внимание: «Класс, вольно»	Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за физической нагрузкой; Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Регулятивные: Научаться планировать — определять последовательность промежуточных целей с учётом конечного результата;		
19		Форма- путешествие Развитие выносливост и. П/игра.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (выносливость). Умение сосредотачивать	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) до 1000метров. П/игра на внимание: «Класс, вольно»	Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за физической нагрузкой; Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели;		

			внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции.		Регулятивные: Научаться планировать — определять последовательность промежуточных целей с учётом конечного результата;		
20		Форма-экскурсия: Преодоление препятствий	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки. Уметь демонстрировать физические кондиции Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием.. П/И «Гимнастическая полоса препятствий»	Регулятивные: Определять правильность выполненного задания на основе сравнения с предыдущими заданиями, или на основе различных образцов. Познавательные: Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;		
21		Переменный бег	Уметь демонстрировать физические кондиции Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции. Моделировать свою нагрузку в зависимости от цели урока. Применять беговые упражнения для развития физ- их качеств	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многогоскоки. Переменный бег – 3 минут в чередовании с ходьбой.	Познавательные: Определение основной и второстепенной информации; Регулятивные: Корректировать выполнение задания в соответствии с планом, условиями выполнения, результатом действий на определенном этапе. Познавательные: Поиск и выделение необходимой информации;		
22		Переменный бег	Уметь демонстрировать физические кондиции Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции. Моделировать свою нагрузку в зависимости от цели урока. Применять беговые упражнения для развития физ- их качеств	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многогоскоки. Переменный бег – 3 минут в чередовании с ходьбой	Познавательные: Определение основной и второстепенной информации; Регулятивные: Корректировать выполнение задания в соответствии с планом, условиями выполнения, результатом действий на определенном этапе. Познавательные: Поиск и выделение необходимой информации;		
23		Урок- игра. Развитие силовой выносливост и	Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств. Характеризовать показатели физического развития.	Комплекс с набивными мячами (до 1 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Метание набивного мяча на дальность. Игра с прыжками с использованием скакалки.	Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний Регулятивные: Корректировать выполнение задания в соответствии с планом, условиями выполнения, результатом действий на определенном этапе.		
24		Гладкий бег	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств -	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многогоскоки. Бег – 6 мин.	Регулятивные: Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;		

			выносливость. Демонстрировать технику гладкого бега по стадиону. (6 мин)	Комплекс дыхательных упражнений.	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний		
25		Форма-экскурсия: Кроссовая подготовка	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств - выносливость. Уметь демонстрировать физические кондиции. Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 1000 м по слабопересеченной местности. Комплекс дыхательных упражнений.	Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Познавательные: Определение основной и второстепенной информации;		
26		Форма-экскурсия: Кроссовая подготовка	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств - выносливость. Уметь демонстрировать физические кондиции. Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 1000 м по слабопересеченной местности. Комплекс дыхательных упражнений.	при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Познавательные: Определение основной и второстепенной информации;		
27	II четверть Подвижные игры на основе б/б	Основы знаний	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Инструктаж по баскетболу. Вид спорта- баскетбол (презентация).	Познавательные: Обучение работе с разными видами информации, умение читать дидактические Иллюстрации Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний;		
28		Стойки и передвижения, повороты, остановки.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами в сторону, вперед, назад; остановка в два шага во время бега. П/игра «Играй, играй, мяч не потеряй»	Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний; Коммуникативные: Формированию умений планировать общую цель и пути её достижения;		
29		Ловля и передача мяча.	Уметь выполнять различные варианты передачи мяча Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники	Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в шаге. П/игра «Играй, играй, мяч не потеряй»,	Коммуникативные: Формированию умений планировать общую цель и пути её достижения; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического		

			игровых действий и приемов.	П/игра «Школа П/игра мяча»	развития;		
30		Ловля и передача мяча.	Уметь выполнять различные варианты передачи мяча Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов.	Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в шаге. П/игра «Играй, играй, мяч не потеряй», П/игра «Школа П/игра мяча»	Коммуникативные: Формированию умений планировать общую цель и пути её достижения; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развит		
31		Ловля и передача мяча.	Уметь выполнять различные варианты передачи мяча Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов.	Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в шаге. П/игра «Играй, играй, мяч не потеряй», П/игра «Школа П/игра мяча»	Коммуникативные: Формированию умений планировать общую цель и пути её достижения; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физического развит		
32		Ведение мяча на месте, в движении. П/игра «Мяч водящему»	Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом по прямой; П/игра: «У кого меньше мячей»	Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физ- ой подготовленности;		
33		Ведение мяча на месте, в движении. П/игра «Мяч водящему»	Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом по прямой; П/игра: «У кого меньше мячей»	Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физ- ой подготовленности		
34		Ведение мяча на месте, в движении. П/игра «Мяч	Моделировать технические действия в игровой деятельности.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и	Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности;		

		водящему»		левой рукой; а) на месте; б) шагом по прямой; П/игра: «У кого меньше мячей»	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физ- ой подготовленности		
35		Бросок мяча в цель (щит).	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. Выполнять правила игры, уважительно относится к сопернику.	ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча. Броски мяча двумя руками от груди с места; Броски мяча в щит с 1м – 1,5 м П/игра №Попади в обруч» П/игра «Мяч в корзину»	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата; Познавательные: Поиск и выделение необходимой информации;		
36		Бросок мяча в цель (щит).	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. Выполнять правила игры, уважительно относится к сопернику.	ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча. Броски мяча двумя руками от груди с места; Броски мяча в щит с 1м – 1,5 м П/игра №Попади в обруч» П/игра «Мяч в корзину»	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата; Познавательные: Поиск и выделение необходимой информации;		
37		Бросок мяча в цель (щит).	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. Выполнять правила игры, уважительно относится к сопернику.	ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча. Броски мяча двумя руками от груди с места; Броски мяча в щит с 1м – 1,5 м П/игра №Попади в обруч» П/игра «Мяч в корзину»	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата; Познавательные: Поиск и выделение необходимой информации;		
38		Развитие ловкости.	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Корректировка техники ведения	ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения.. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля– Ведения	Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности; Метапредметные: Научаться технически		

			мяча. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	мяча - бросок в щит. «Передал –сидись». Бросок мяча в цель (кольцо). П/игра «Мяч в корзину».	правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;		
39		Развитие ловкости.	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Корректировка техники ведения мяча. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения.. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля– Ведения мяча - бросок в щит. «Передал –сидись». Бросок мяча в цель (кольцо). П/игра «Мяч в корзину».	Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности; Метапредметные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;		
40		Развитие ловкости.	Моделировать технические действия в игровой деятельности. Корректировка техники ведения мяча. Определять степень утомления организма во время игровой деятельности. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения.. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля– Ведения мяча - бросок в щит. «Передал –сидись». Бросок мяча в цель (кольцо). П/игра «Мяч в корзину».	Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности; Метапредметные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;		
41		Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Способствовать дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	См. урок 38 -40. См. урок П/игра «Мяч водящему» , «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину»	Метапредметные: Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.		
42		Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Способствовать дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. Использовать игровые действия	См. урок 38 -40. См. урок П/игра «Мяч водящему» , «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину»	Метапредметные: Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить		

			баскетбола для развития физ – их качеств.		необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.		
43		Развитие координационных способностей	Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Способствовать дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	См. урок 38 -40. См. урок П/игра «Мяч водящему» , «У кого меньше мячей», «Мяч в корзину»	Метапредметные: Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.		
44		Игровые задания, эстафеты с мячом.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств во время игровой деятельности. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	См. урок 38- 40 В парах передача набивного мяча. Эстафеты. П/игра «Мяч водящему» , «У кого меньше мячей»,	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные: Учиться согласованно работать в группе. учиться планировать работу в группе; Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности;		
45		Игровые задания, эстафеты с мячом.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств во время игровой деятельности. Использовать игровые действия баскетбола для развития физ – их качеств.	См. урок 38- 40 В парах передача набивного мяча. Эстафеты. П/игра «Мяч водящему» , «У кого меньше мячей»,	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные: Учиться согласованно работать в группе. учиться планировать работу в группе; Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности;		
46		Развитие кондиционных и координационных способностей .	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	ОРУ. СУ. Бег с ускорениями «сериями» на 20, 30 м. Прыжки через скакалку на двух ногах. П/игра: « Попади в обруч», «Мяч в корзину»	Личностные: отработка навыков самостоятельной и групповой работы. Предметные: обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. Коммуникативные: Конструктивно разрешать конфликты и осуществлять взаимный контроль;		
47		Развитие кондиционных	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	ОРУ. СУ. Бег с ускорениями «сериями» на 20, 30 м. Прыжки через скакалку на двух	Личностные: отработка навыков самостоятельной и групповой работы.		

		х и координационных способностей .	Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	ногах. П/игра: « Попади в обруч», «Мяч в корзину»	Предметные: обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. Коммуникативные: Конструктивно разрешать конфликты и осуществлять взаимный контроль;		
48		Развитие кондиционных и координационных способностей .	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Уметь владеть мячом: передачи на расстоянии, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	ОРУ. СУ. Бег с ускорениями «сериями» на 20, 30 м. Прыжки через скакалку на двух ногах. П/игра: « Попади в обруч», «Мяч в корзину»	Личностные: отработка навыков самостоятельной и групповой работы. Предметные: обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. Коммуникативные: Конструктивно разрешать конфликты и осуществлять взаимный контроль;		
49	III четверть <i>Гимнастика</i>	СУ. Основы знаний	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке.	Т/б на занятиях гимнастикой. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. (презентация)	Коммуникативные: Умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге; Познавательные: Извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, экспонат, модель, а, иллюстрация и др.) Личностные: Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры;		
50		ОРУ с предметами и без. Акробатические упражнения	Осваивать универсальные умения при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами.; Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях;	ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения..Упражнения на гибкость. Группировка: перекаты в группировке, лежа на животе и из упора, стоя на коленях. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. .П/игра на внимание.	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Метапредметные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Предметные: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ;		
51		ОРУ с предметами и без. Акробатические	Осваивать универсальные умения при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами.; Осваивать универсальные умения	ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения..Упражнения на гибкость. Группировка: перекаты в группировке, лежа на животе и из упора, стоя на коленях. Упражнения на пресс.	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Метапредметные: Научаться технически правильно выполнять		

		упражнения	по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях;	Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. .П/игра на внимание.	двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Предметные: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ;		
52		ОРУ с предметами и без. Акробатические упражнения	Осваивать универсальные умения при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами.; Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях;	ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения..Упражнения на гибкость. Группировка: перекаты в группировке, лежа на животе и из упора, стоя на коленях. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. .П/игра на внимание.	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Метапредметные: Научиться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Предметные: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ;		
53		ОРУ с предметами и без. Акробатические упражнения	Осваивать универсальные умения при выполнении общеразвивающих упражнений с предметами.; Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях;	ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения..Упражнения на гибкость. Группировка: перекаты в группировке, лежа на животе и из упора, стоя на коленях. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. .П/игра на внимание.	Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Метапредметные: Научиться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Предметные: Ознакомление учащихся с гимнастической терминологией ;		
54		Развитие гибкости	Уметь выполнять строевые команды, акробатические упражнения отдельно и слитно. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения. Знать и различать строевые приемы.	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Упражнения на гибкость. Группировка: перекаты в группировке, лежа на животе и из упора, стоя на коленях. Упражнения на пресс. Подтягивание: юноши - на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине. .П/игра на внимание.	Предметные: Научиться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток; Познавательные: Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения; Коммуникативные: Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи).		
55		Упражнения в висе и упорах.	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности; Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций.	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Упражнения на гибкость. Упражнения на гимнастической лестнице (упражнения на пресс (в висе поднимание согнутых ног -2 подхода по 7 раз девочки, по 8 раз – мальчики)) и низкой перекладине (вис на согнутых руках, прогнувшись). Упражнения в упоре на гимнастической скамейке. П/И «Прокати быстрее мяч!».	Коммуникативные: Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности;		

56		Упражнения в висе и упорах.	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности; Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций.	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Упражнения на гибкость. Упражнения на гимнастической лестнице (упражнения на пресс (в висе поднимание согнутых ног -2 подхода по 7 раз девочки, по 8 раз – мальчики)) и низкой перекладине (вис на согнутых руках, прогнувшись). Упражнения в упоре на гимнастической скамейке. П/И «Прокати быстрее мяч!».	Коммуникативные: Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности;		
57		Упражнения в висе и упорах.	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности; Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций.	Комплекс ОРУ с палками. СУ. Упражнения на гибкость. Упражнения на гимнастической лестнице (упражнения на пресс (в висе поднимание согнутых ног -2 подхода по 7 раз девочки, по 8 раз – мальчики)) и низкой перекладине (вис на согнутых руках, прогнувшись). Упражнения в упоре на гимнастической скамейке. П/И «Прокати быстрее мяч!».	Коммуникативные: Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности;		
58		Упражнения в лазанье и перелезании.	Проявлять качества силы при выполнении упражнений прикладной направленности. Классифицировать упражнения по функциональной направленности, использовать их в самостоятельных занятиях физической и спортивной подготовки. Анализировать технику движений и предупреждать появление ошибок в процессе их усвоения.	Комплекс ОРУ №3 на осанку. СУ. Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях (20 – 25 °) на четвереньках с переходом на гимнастическую стенку. Продвижение по рейкам вправо и влево приставными шагами, лазание по гимнастической стенке одноименным способом в чередовании с разноименным (вверх одним способом, а вниз – други). Подтягивание лежа на животе на горизонтальной скамейке. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. П/И «Раки переползли через обруч».	Предметные: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. Предметные: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни.		
59		Упражнения в лазанье и перелезании	Проявлять качества силы при выполнении упражнений прикладной направленности. Классифицировать упражнения по функциональной направленности, использовать их в самостоятельных занятиях физической и спортивной подготовки. Анализировать технику движений и предупреждать появление ошибок в процессе их усвоения	Комплекс ОРУ №3 на осанку. СУ. Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях (20 – 25 °) на четвереньках с переходом на гимнастическую стенку. Продвижение по рейкам вправо и влево приставными шагами, лазание по гимнастической стенке одноименным способом в чередовании с разноименным (вверх одним способом, а вниз – други). Подтягивание лежа на животе на горизонтальной скамейке. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. П/И «Раки переползли через обруч».	Предметные: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. Предметные: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни.		

60		Упражнения в лазанье и перелезании	Проявлять качества силы при выполнении упражнений прикладной направленности. Классифицировать упражнения по функциональной направленности, использовать их в самостоятельных занятиях физической и спортивной подготовки. Анализировать технику движений и предупреждать появление ошибок в процессе их усвоения	Комплекс ОРУ №3 на осанку. СУ. Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях (20 – 25 °) на четвереньках с переходом на гимнастическую стенку. Продвижение по рейкам вправо и влево приставными шагами, лазание по гимнастической стенке одноименным способом в чередовании с разноименным (вверх одним способом, а вниз – други). Подтягивание лежа на животе на горизонтальной скамейке. Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. П/И «Раки переползли через обруч».	Предметные: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. Предметные: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни.		
61		Развитие координационных способностей	Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах, перелезание через гимнастического коня. Проявлять качества координации при выполнении упражнений прикладной направленности	Комплекс ОРУ №3 на осанку. СУ. Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях (20 – 25 °) на четвереньках с переходом на гимнастическую стенку. Развитие скоростно – силовых способностей. – перелезание через гимнастического коня.	Предметные: Научаться выполнять комплексы на развитие координации; Рефлексивные: Владение умениями совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;		
62		Упражнения на равновесие	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.	ОРУ с обручем. СУ. Продвижение по гимнастическому бревну (высота 20 – 30 см) с предметами и без предметов, с изменяющимся положением рук, темпом и длиной шагов, правым и левым боком, повороты на 90 ° . П/И «Гонка мячей».	Предметные: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.		
63		Упражнения на равновесие	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений	ОРУ с обручем. СУ. Продвижение по гимнастическому бревну (высота 20 – 30 см) с предметами и без предметов, с изменяющимся положением рук, темпом и длиной шагов, правым и левым боком, повороты на 90 ° . П/И «Гонка мячей».	Предметные: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем.		
64	Подвижные игры	Развитие скоростно-силовых способностей	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности. Уметь демонстрировать	ОРУ на локальное развитие мышц туловища. Специальные беговые упражнения. Прыжки на скакалке. П/И «Перемени предмет»- вариант челночного	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Анализировать,		

			физические кондиции . Проявлять скоростно – силовые способности при выполнении упражнений прикладной направленности. Моделировать способы передвижения, в зависимости от выполнения упражнений для развития физ – их качеств.	бега . Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. Эстафеты. П/игра «Лисы и куры».	сравнивать, группировать различные действия, упражнения; Коммуникативные: Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во взаимодействие со сверстниками.		
65		Развитие скоростно-силовых способностей	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности. Уметь демонстрировать физические кондиции . Проявлять скоростно – силовые способности при выполнении упражнений прикладной направленности. Моделировать способы передвижения, в зависимости от выполнения упражнений для развития физ – их качеств.	ОРУ на локальное развитие мышц туловища. Специальные беговые упражнения. Прыжки на скакалке. П/И «Перемени предмет»- вариант челночного бега . Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. Эстафеты. П/игра «Лисы и куры».	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения; Коммуникативные: Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во взаимодействие со сверстниками.		
66		Развитие скоростно-силовых способностей	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности. Уметь демонстрировать физические кондиции . Проявлять скоростно – силовые способности при выполнении упражнений прикладной направленности. Моделировать способы передвижения, в зависимости от выполнения упражнений для развития физ – их качеств.	ОРУ на локальное развитие мышц туловища. Специальные беговые упражнения. Прыжки на скакалке. П/И «Перемени предмет»- вариант челночного бега . Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. Эстафеты. П/игра «Лисы и куры».	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Познавательные: Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения; Коммуникативные: Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во взаимодействие со сверстниками.		
67		Эстафеты. Развитие двигательных качеств.	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр, соблюдать правила безопасности.	ОРУ, СУ..Специальные беговые упражнения. Эстафеты с предметами и без. П/игра: «Попади в обруч»	Регулятивные: Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные : Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения задания, данного учителем.		

68		Эстафеты. Развитие двигательных качеств.	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр, соблюдать правила безопасности.	ОРУ, СУ..Специальные беговые упражнения. Эстафеты с предметами и без. П/игра: «Попади в обруч»	Регулятивные: Учащиеся научатся: выделять и осознать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные : Учащиеся научатся: проявлять творческий подход и искать нестандартные способы решения задания, данного учителем.		
69		П/игры на развитие ловкости	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр Уметь осуществлять индивидуальные групповые действия в подвижных играх. Моделировать способы выполнения упражнений, в зависимости от данного задания учителем для развития физ – их качеств. Развивать способности к дифференцированию параметров движений.	ОРУ, СУ. Построение в разных местах зала по команде, повороты, на месте переступанием и прыжками налево, направо. Ходьба и бег «змейкой» - огибая препятствия (30 сек. – ходьба, 40 сек. – медленный бег). Специальные беговые упражнения. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на пресс. Медленный бег до 4 минут. Подбрасывание волейбольного мяча и ловля его, присед или хлопок в ладоши, поворот и ловля мяча, бросок в стену – ловля (варианты).	Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные: Отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета.		
70		П/игры на развитие ловкости	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр Уметь осуществлять индивидуальные групповые действия в подвижных играх. Моделировать способы выполнения упражнений, в зависимости от данного задания учителем для развития физ – их качеств. Развивать способности к дифференцированию параметров движений.	ОРУ, СУ. Построение в разных местах зала по команде, повороты, на месте переступанием и прыжками налево, направо. Ходьба и бег «змейкой» - огибая препятствия (30 сек. – ходьба, 40 сек. – медленный бег). Специальные беговые упражнения. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на пресс. Медленный бег до 4 минут. Подбрасывание волейбольного мяча и ловля его, присед или хлопок в ладоши, поворот и ловля мяча, бросок в стену – ловля (варианты).	Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные: Отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета.		
71		П/игры на развитие ловкости	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр Уметь осуществлять индивидуальные групповые действия в подвижных играх. Моделировать способы	ОРУ, СУ. Построение в разных местах зала по команде, повороты, на месте переступанием и прыжками налево, направо. Ходьба и бег «змейкой» - огибая препятствия (30 сек. – ходьба, 40 сек. – медленный бег). Специальные беговые упражнения. Упражнения с набивными	Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные: Отстаивать свою		

			выполнения упражнений, в зависимости от данного задания учителем для развития физ – их качеств. Развивать способности к дифференцированию параметров движений.	мячами. Упражнения на пресс. Медленный бег до 4 минут. Подбрасывание волейбольного мяча и ловля его, присед или хлопок в ладоши, поворот и ловля мяча, бросок в стену – ловля (варианты).	точку зрения, соблюдая правила речевого этикета.		
72		П/ игры на развитие скорости Эстафеты.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности.	ОРУ, СУ. Ходьба с изменением направления по сигналу. Специальные беговые упражнения. Упражнения на гибкость. Специальные упражнения (подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние). Эстафеты с бегом предметами и без. П/игра П/И «Брось – поймай». «Два мороза», «Пятнашки»	Коммуникативные: Учащиеся научатся: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.		
73		П/ игры на развитие скорости Эстафеты.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности.	ОРУ, СУ. Ходьба с изменением направления по сигналу. Специальные беговые упражнения. Упражнения на гибкость. Специальные упражнения (подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние). Эстафеты с бегом предметами и без. П/игра П/И «Брось – поймай». «Два мороза», «Пятнашки»	Коммуникативные: Учащиеся научатся: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.		
74		П/ игры на развитие скорости Эстафеты.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время игровой деятельности.	ОРУ, СУ. Ходьба с изменением направления по сигналу. Специальные беговые упражнения. Упражнения на гибкость. Специальные упражнения (подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние). Эстафеты с бегом предметами и без. П/игра П/И «Брось – поймай». «Два мороза», «Пятнашки»	Коммуникативные: Учащиеся научатся: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.		
75		Развитие координационных	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий	ОРУ с обручем – комплекс. Передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, снизу), передача мяча с	Познавательные: Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;		

		способностей	и двигательных задач. Осваивать индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. Проявлять качества координации при выполнении упражнений прикладной направленности	собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком. П/И «Неудобный бросок».П/игра «Попади в мяч»	Личностные: проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям Коммуникативные: Учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очередность действий, сравнивать полученные результаты; Познавательные: Действие по готовому алгоритму, принятие и удержание готовой учебной задачи		
76		Развитие координационных способностей	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Осваивать индивидуальные и групповые действия в подвижных играх. Проявлять качества координации при выполнении упражнений прикладной направленности	ОРУ с обручем – комплекс. Передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, снизу), передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком. П/И «Неудобный бросок».П/игра «Попади в мяч»	Познавательные: Рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности; Личностные: проявление активности, подчинение своих желаний сознательно поставленным целям Коммуникативные: Учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очередность действий, сравнивать полученные результаты; Познавательные: Действие по готовому алгоритму, принятие и удержание готовой учебной задачи		
77		Развитие прыгучести. П/игра «Прыгуны и пятнашки»	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Развивать способности к дифференцированию параметров движений.	ОРУ со скакалкой. Су. Специальные беговые упражнения. Перепрыгивание через гимнастическую скамейку. Запрыгивание на горку матов, прыжки на двух ногах через качающуюся скакалку. П/И «Прыгающие воробышки».	Регулятивные: Научаться целенаправленно к постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; Познавательные: Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;		
78		Развитие прыгучести. П/игра «Прыгуны и пятнашки»	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Осваивать универсальные умения в самостоятельной	ОРУ со скакалкой. Су. Специальные беговые упражнения. Перепрыгивание через гимнастическую скамейку. Запрыгивание на горку матов, прыжки на двух ногах через качающуюся скакалку. П/И «Прыгающие воробышки».	Регулятивные: Научаться целенаправленно к постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно; Познавательные: Ориентироваться в		

			организации и проведении подвижных игр. Развивать способности к дифференцированию параметров движений.		своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.; Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;		
79	IV четверть <i>Легкая атлетика</i> <i><u>Длительный бег</u></i>	Преодоление препятствий	Моделировать ситуации, требующие перехода от одних действий к другим. Уметь демонстрировать физические кондиции	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием.. П/И «Гимнастическая полоса препятствий»	Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием; Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;		
80		Преодоление препятствий	Моделировать ситуации, требующие перехода от одних действий к другим. Уметь демонстрировать физические кондиции	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием.. П/И «Гимнастическая полоса препятствий»	Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием; Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;		
81		Развитие выносливости.	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (выносливость). Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) до 1000метров. П/игра на внимание: «Класс, вольно»	Рефлексивные: Научаться владеть навыками контроля своей деятельности; Метапредметные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели;		
82		Переменный бег	Уметь демонстрировать физические кондиции. Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Переменный бег – 3(4) минуты в чередовании с ходьбой.	Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата; Личностные: Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей),		

			Моделировать свою нагрузку в зависимости от цели урока. Применять беговые упражнения для развития физ- их качеств		обеспечивающее личностный моральный выбор. Коммуникативные: Уметь донести свою позицию до собеседника;		
83		Переменный бег	Уметь демонстрировать физические кондиции. Умение сосредотачивать внимание, восстанавливать дыхание после преодоления дистанции. Моделировать свою нагрузку в зависимости от цели урока. Применять беговые упражнения для развития физ- их качеств	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многогоскоки. Переменный бег – 3(4) минуты в чередовании с ходьбой.	Метапредметные: Определять наиболее эффективные способы достижения результата; Личностные: Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. Коммуникативные: Уметь донести свою позицию до собеседника;		
84		Кроссовая подготовка	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств - выносливость. Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 1000 м по слабопересеченной местности. Комплекс дыхательных упражнений.	Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям; Личностные: Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств (выносливости)		
85		Кроссовая подготовка	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств - выносливость. Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 1000 м по слабопересеченной местности. Комплекс дыхательных упражнений.	Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям; Личностные: Научаться оценивать усваиваемое содержание (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор. Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств (выносливости)		
86		Гладкий бег П/игра «Смена сторон»	Моделировать физические нагрузки для развития физического качеств - выносливость. Демонстрировать технику гладкого бега по стадиону. (6 мин)	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многогоскоки. Бег – 6 мин. Комплекс дыхательных упражнений.	Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Познавательные: Действие по готовому алгоритму, принятие и удерживание готовой учебной задачи		

					Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости)		
87		Развитие скоростной выносливости.	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки. Уметь демонстрировать физические кондиции Проявлять качества быстроты, выносливости при выполнении беговых упражнений. Сравнивать разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный.	Комплекс с набивными мячами (до 0,5 кг). СУ. Специальные беговые упражнения. Бег от 200 до 800 м. в чередовании с ходьбой. П/игра на внимание: «Карлики и великаны»	Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств (выносливости) Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;		
88	Спринтерский бег	Развитие скоростных способностей Стартовый разгон	Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м. Прогнозировать результат выполнения – бег 30 м.	Комплекс ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости, из различных И. П. Бег с максимальной скоростью – 30 м (2 подхода). П/игра: «Вызов номеров»	Коммуникативные: Понимание принятия различных позиций и точки зрения на предмет. Метапредметные: Научиться видеть красоту движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;		
89		Развитие скоростных способностей Стартовый разгон	Уметь демонстрировать Стартовый разгон в беге на короткие дистанции. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (быстрота). Уметь бегать с максимальной скоростью с высокого старта 30м. Прогнозировать результат выполнения – бег 30 м.	Комплекс ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости, из различных И. П. Бег с максимальной скоростью – 30 м (2 подхода). П/игра: «Вызов номеров»	Коммуникативные: Понимание принятия различных позиций и точки зрения на предмет. Метапредметные: Научиться видеть красоту движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;		
90		Высокий старт. Финальное усилие.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация). Уметь выполнять основные движения в ходьбе и беге. Различать разные виды бега, уметь менять направление во	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости, из различных И. П. Встречная эстафета – расстояние от 25 – 30 метров. П/игра.	Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Метапредметные: Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор		

			время бега, оценивать свое состояние Уметь демонстрировать финальное усилие в эстафетах..		способов их исправления;		
91		Высокий старт. Финальное усилие.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация). Уметь выполнять основные движения в ходьбе и беге. Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние Уметь демонстрировать финальное усилие в эстафетах..	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости, из различных И. П. Встречная эстафета – расстояние от 25 – 30 метров. П/игра.	Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Метапредметные: Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;		
92		Развитие координационных способностей .	Контролировать и осуществлять контроль за правильностью выполнения данного упражнения. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация). Уметь выполнять основные движения в ходьбе и беге.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 серии по 20 – 25 метров. Бег до 60 метров. Эстафеты, встречная эстафета – расстояние от 25 – 30 метров. П/игра «Запрещенное движение».	Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Регулятивные: Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану. Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за показателями основных физических качеств		
93	метание	Развитие скоростно-силовых способностей	Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости Осваивать технику метания малого мяча.	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски и ловля набивных мячей: 0,5 кг. в парах двумя руками от груди вперед- вверх, из положения стоя ноги на ширине плеч, грудью в направлении метания. П/игра «Точный расчет».	Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. Предметные: Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.) под руководством учителя; Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;		
94		Метание мяча в цель.	Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча Уметь демонстрировать отведение	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Броски в стену (щит) малого мячей одной и обеими руками на дальность отскока с расстояния 3 – 6 м из	Регулятивные: Определять цель выполнения заданий на уроке. Коммуникативные: Учащиеся научатся:		

			руки для замаха Уметь метать из различных положений. Сравнивать разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный.	различных И. П. с места. Метание в горизонтальную и вертикальную цель (2 х 2 м) с расстояния 3 –4 метров. П/игра «Кто дальше бросит»	устанавливать и соблюдать очередность действий, сравнивать полученные результаты; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками;		
95		Метание мяча на дальность.	Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча Сравнивать разные способы выполнения упражнений, выбирать удобный. Применять упражнения в метании мяча для развития физ- их качеств.	Комплекс ОРУ с малыми мячами. СУ. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх). Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания. П/игра «Кто дальше бросит»	Личностные: Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Рефлексивные: Овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;		
96	прыжки	Развитие силовых способностей и прыгучести	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, прыгучести. Умение сосредотачиваться перед выполнением задания.	Комплекс с набивными мячами (до 0,5 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Прыжки в длину с места. Игра «Зайцы в огороде»	Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; Метапредметные: Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; Рефлексивные: Овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;		
97		Прыжок в длину с разбега. П/игра «Прыгающие воробушки»	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упражнений. Осваивать технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги. Контролировать: обнаруживать и устранять ошибки (в ходе выполнения) данного упражнения. Уметь ориентироваться в пространстве.	См. урок №96. Прыжок в длину с 3- 4 шагов разбега с приземлением на две ноги. Прыжки через препятствие. П/игра «Лисы и куры» П/игра «Прыгающие воробушки»	Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.); Рефлексивные: Научиться объективно оценивать свои учебные достижения, Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;		
98		Прыжок в длину с разбега. П/игра	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении прыжковых упражнений.	См. урок №96. Прыжок в длину с 3- 4 шагов разбега с приземлением на две ноги. Прыжки через препятствие. П/игра «Лисы и куры» П/игра «Прыгающие воробушки»	Предметные: Формирование навыка систематического наблюдения за величиной физических нагрузок, данными мониторинга		

		«Прыгающие воробышки»	Осваивать технику выполнения прыжка в длину с разбега с приземлением на обе ноги. Контролировать: обнаруживать и устранять ошибки (в ходе выполнения) данного упражнения. Уметь ориентироваться в пространстве.		здоровья (длины и массы тела и др.); Рефлексивные: Научаться объективно оценивать свои учебные достижения, Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;		
99		Повторение пройденного. Основы знаний.		ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Беседа о закаливании организма (презентация).	Рефлексивные: Научаться объективно оценивать свои учебные достижения, Познавательные: Обучение работе с разными видами информации, умение читать дидактические иллюстрации; Познавательные: Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.		