МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ–

ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ИМЕНИ З.К. ТИГЕЕВА

г. МОЗДОКА РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ – АЛАНИЯ

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Методическим объединением учителей начальных классов	Заместитель директора по УВР	Директор
_____/Кокарева О.В./	_____/Гиоева Е.Х./	МБОУ Школы-интерната
Протокол №_1_	«28» 08 2020 г.	_____/Гречаная И.В./
от «27» августа 2020 г.		«28» 08 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (ФГОС НОО)

Класс: 1 «А», «Б»
Учитель: Немченко А.В.

План составлен на основе республиканского базисного учебного плана для общеобразовательных организаций РСО-А, реализующих программы общего образования на 2020-2021 учебный год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ.

Пояснительная записка

к рабочей программе по физической культуре для учащихся 1 класса.

Рабочая программа составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной образовательной программы, «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе использую учебники: Лях В.И. Физическая культура. 1 – 4 кл.: учебник для образовательных учреждений. М.: Просвещение, 2014г.

Общая характеристика предмета

Физическая культура-- это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения— физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки зарядки и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры во второй половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.)—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.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г.№329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в общеобразовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных общеобразовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Цельюшкольного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи обучения:

• укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

• формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

• овладение школой движений;

• развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

• формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

• выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

• формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

• приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

• воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, 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 демократизациив 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 гуманизациипедагогического 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.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе ***педагогики сотрудничества*** — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подходзаключается 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 оптимизациясостоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные фор-

мы обучения, круговая тренировка и др.); 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: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2021 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

В программе В. И. Ляха, А. А. Зданевича программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

В связи со спецификой преподавания уроков физкультуры в малом зале,
с не дооснащениемобщеобразов. учреждения согласно требованиям к оснащению общеобразовательного процесса в соответствии с
содержательным наполнением учебных программ Федерального компонента государственного стандарта общего образования,
невозможна полная реализация стандарта общего образования и программы в полном объёме по разделу «Гимнастика» (упражнения на
параллельных брусьях, на перекладине); в свяжи с перечисленными причинами время, равномерно распределено на другие виды по гимна

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (1 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	2	3
1	**Базовая часть**	77
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков
1.2.	Подвижные игры	20
1.3.	Гимнастика с элементами акробатики	17
1.4.	Легкоатлетические упражнения	21
1.5.	Кроссовая подготовка	21
2	Вариативная часть	21
2.1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	21
	Итого	99

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю (всего 405 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе— 102 ч, в 4 классе— 102 ч. 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».

Рабочая программа рассчитана на 405 ч на четыре года обучения (по 3 ч в неделю).

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

• формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

• формирование уважительного отношения к культуре других народов;

• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

• развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

• развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

• формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

• овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

• определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

• готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

• овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

• овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

• формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся по окончании начальной школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Планируемые результаты:
Знать и иметь представление:

- **о**б особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- о способах и особенностях движений и передвижений человека, роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

Уметь;

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

1. **Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.**
2.

2.1.Естественные основы.

1 – 2 классы. Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

3 – 4 классы. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

2.2.Социально-психологические основы.

1 – 2 классы. Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

3 – 4 классы. Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды. Контроль за правильностью выполнения физических упражнений, тестирование физических качеств.

2.3.Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

1 – 2 классы. Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

3 – 4 классы. Водные процедуры. Овладение приёмами саморегуляции, связанными с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений. Тестирование физических способностей.

2.4.Подвижные игры.

1 – 4 классы. Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

2.5.Гимнастика с элементами акробатики.

1 – 4 классы. Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

2.6.Легкоатлетические упражнения.

1 – 2 классы. Понятия *короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость*; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в дилну и высоту. Техника безопасности на занятиях.

3 – 4 классы. Понятие эстафета. Команды «Старт!!, «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнований в прыжках, беге и метании. Техника безопасности на уроках.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовки не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

Демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30м. с высокого старта с опорой на руку, с.	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130	125
	Сгибание рук в висе лежа, количество раз	5	4
Выносливость	Бег 1000м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3× 10 м/с	11,0	11,5

Двигательные умения, навыки и способности:

<u>В циклических и ациклических локомоциях:</u> правильно выполнять движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бегать до 60 м. по дорожке стадиона, другой ровной открытой местности; бегать в равномерном темпе до 10 минут; стартовать из различных исходных

положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий; прыгать в высоту с прямого и бокового разбега с 7-9 шагов; прыгать с поворотом на 180-360^0.

В метаниях на дальность и на меткость: метать небольшие предметы и мячи массой до 150г. на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений (стоя, с колена, сидя) правой и левой рукой; толкать и метать набивной мяч массой 1 кг. одной и двумя руками из различных исходных положений (снизу, от груди, из-за головы, назад через голову); метать малым мячом в цель (гимнастический обруч), установленную на расстоянии 10 м для мальчиков и 7 м для девочек.

Вгимнастических и акробатических упражнениях: ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритма; выполнять строевые упражнения, рекомендованной комплексной программой для учащихся 1-4 классов; принимать основные положения и осуществлять движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами (большим и малым мячом, палкой, обручем, набивным мячом массой 1 кг, гантелями массой 0,5-1 кг с соблюдением правильной осанки);лазать по гимнастической лестнице, гимнастической стенке, канату и др. на расстояние 4 м; слитно выполнять кувырок вперёд и назад; осуществлять опорный прыжок с мостика через козла или коня высотой 100 см; ходить по бревну высотой 50-100 см с выполнением стоя и в приседе поворотов на 90 и 180^0, приседаний и переходов в упор присев, стоя на колене, седов; выполнять висы и упоры, рекомендованные комплексной программой для учащихся 1-4 классов; прыгать через скакалку, стоя на месте, вращая ее вперёд и назад; в положении наклона туловища вперёд(ноги в коленях не сгибать) касаться пальцами рук пола.

В подвижных играх:уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребёнка («пионербол», «борьба за мяч», «перестрелка», мини-футбол, мини-баскетбол).

Физическая подготовленность: показывать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения утренней гимнастики, закаливающие процедуры; применять рекомендованные для начальной школы подвижные игры и другие физические упражнения с целью укрепления здоровья и повышения физической работоспособности.

Способы спортивной деятельности: осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта (по упрощенным правилам).

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы; помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты; быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр и выполнения других заданий.

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программы, при оценивание успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочётов, влияющих на снижение оценки. Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушения 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 из не 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 упражнения.

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 не выполнения 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.

.

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

−Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ(ред. От 02.07.2013г.);

− Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 4.10.2000г. № 751;

−О концепция Федеральной целевой программы развития образования на 2011—2015 гг. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г. № 163-р;

− Базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 9.02.1998гю № 322;

− Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998г. № 1235;

− О введении третьего дополнительного часа физической культуры в общеобразовательных учреждениях Российской Федерации. Письмо МО РФ от 26.03.2002г. № 30-51-197/20

-О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнаууки РФ от 29.03.2010г. № 06-499;

Учебно—практическое иучебно—лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- канат для лазанья;
- маты гимнастические;
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- палки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- козёл гимнастический;
- мост гимнастический подкидной;
- гантели наборные;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;

- рулетка измерительная;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные;
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- стол теннисный;

Пришкольная площадка:

- сетка для ворот мини—футбола;
- игровое поле для мини—футбола;
- площадка игровая баскетбольная;
- площадка игровая волейбольная;
- сектор для прыжков в длину;
- полоса препятствий;
- аптечка медицинская.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 класс

№ п/п	Тема урока (элементы содержания)	Тип урока	Решаемые проблемы(цели)	Планируемые результаты				Вид контроля	дата
				Понятия (требование к уровню подготовки обучающихся)	Предметные результаты	Универсальные действия (УУД)	Личностные результаты		
Лёгкая атлетика (11ч.)									
1.	**Ходьба и бег (5ч)** Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств.	вводный	Как вести себя на уроках? **Цели:** познакомить с правилами поведения на уроках; учить слушать и выполнять команды «смирно!», «вольно!», построение в шеренгу, в колонну. Разучивание игры «Два мороза».	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики.	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс УГГ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 30 м.	***Познавательные:*** понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; ***Регулятивные:***Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; К***оммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.Задавать вопросы;	проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалуОриентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий.	Текущий	
2.	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с	Изучение нового матер-	Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма?	строй, шеренга, колонна***Уметь :***.правильно выполнять основные	Научатся: - самостоятельно выполнять комплекс ут-	***Познавательные:***понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; ***Регулятивные:*** принимают и	проявление особого интереса к новому, собственно	Текущий	

	ускорением. Бег (30 м). .Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств.	иала	**Цели:** развивать умение выполнять команды, «Смирно!», «Равняйсь!»,построение в шеренгу, колонну по одному; положение «низкого старта».	движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью *(до 30 м, до 60м)*	ренней гимнастики; Бегать на короткую дистанцию. -	сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов.		
3.	Ходьба под счёт ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (*30м, 60м*). Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция»	Комбиниров анный	Где и как выполняется построение в начале урока? **Цели:** закрепить навык построения в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег на 30 м	***Уметь:***.правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью *(до 30 м, до 60м)*	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы;- разминаться, применяя специальные беговые упражнения; Бегать на короткую дистанцию	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	Текущий	
4.	Ходьба под счёт ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (*30м, 60м*). Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая	Комбиниров анный	Что такое челночный бег? Корректировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? **Цели:** учить правильной технике бега; -учить положению «высокого старта».	челночный бег ***Уметь:***.правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальнойскоростью *(до 30 м, до 60м)*	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осу ществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

	дистанция»					решению в совместной деятельности.			
5.	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (*60м*). ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств	Комбинированный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:**учить выполнять легкоатлетические упражнения – развивать скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию.	Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60м)*	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения; Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением - выполнять бег с высокого старта.	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
6.	**Прыжки (3 ч).** Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде»	Изучение нового материала	Как прыгать в длину с места? **Цели:** учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжкив длину с места, соблюдая правилабезопасности во время приземления	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения;-технике движения рук и ног в прыжках; выполнятьупражнениепо образцу учителя и показулучших учеников	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнениядействия; вносят необходимые коррективы в действиепосле его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимаютоценку учителя. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
7.	Прыжки на одной ноге, на	Комбинирован	Жизненно важные способы	**Уметь:** правильно	Научатся:	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют	проявляют дисциплинирова	Текущий	

	двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	анный	передвижения человека? **Цели:** учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжкив длину с места, соблюдая правилабезопасности во время приземления	выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	- выполнятьлегкоатлетические упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; выполнятьупражнениепо образцу учителя и показулучших учеников	познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
8.	Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Лисы и куры»	Комбинированный	Правила выполнения прыжков в длину. **Цели:** учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжкив длину с места, соблюдая правилабезопасности во время приземления	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Научатся: - выполнятьлегкоатлетические упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; соблюдатьправила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнениядействия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
9.	**Бросок малого мяча (3 ч).** Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра	Изучение нового материала	Каковы правила выполнения метания мяча? **Цели:** учить правильной постановке руки при метании мяча.	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из	Научатся: грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений.	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

	«К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей			различных положений		совместной деятельности.			
10.	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Попади в мяч » ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	Комбинированный	Как правильно поставить руку при метании? **Цели:** учить правильной постановке руки при метания мяча в цель и метании на дальность	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения(метание мяча с правильной постановкой руки;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
11.	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дольше бросит» ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	Комбинированный	Как правильно поставить руку при метании? **Цели:** учить правильной постановке руки при метания мяча в цель и метании на дальность	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения(метание мяча с правильной постановкой руки;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

Кроссовая подготовка (11 ч)									
12.	**Бег по пересеченной местности (11ч)** Равномерный бег (*3 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «скорость бега».	Изучение нового материала	Каковы правила развития выносливости? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
13.	Равномерный бег (*3 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «скорость бега».	Комплексный	Как правильно стартовать и финишировать в беге? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	***Уметь:*** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*);правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге;	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	***Познавательные:*** самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Текущий	
14.	Равномерный бег (*4 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Горелки».	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при	***Уметь:*** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера	***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Текущий	

	ОРУ. Развитие выносливости.		проведении подвижных игр.	выполнять основные движения при ходьбе и беге		в общении и взаимодействии.	целей		
15.	Равномерный бег (*4 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Горелки». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	***Уметь:*** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
16.	Равномерный бег (*5 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье».	Комплексный	«Здоровье» что это такое?**Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	***Уметь:***бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
17.	Равномерный бег (*5 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*).	Комплексный	Что такое выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега,	***Уметь:***бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжитель	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:***	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Текущий	

	Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье».		прыжков, при проведении подвижных игр.	*(до 1 км);* правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	ного бега - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурны хзанятий;	ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
18.	Равномерный бег (*6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами можно развивать выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; - соблюдатьправила взаимодействияс игроками	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложенияи оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
19.	Равномерный бег (*6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами развивают выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр	***Уметь:***бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируюти решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместес учителем; вносят изменения в план действия. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

20.	Равномерный бег (*7 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами можно развивать выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	***Уметь:***бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; - организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные****:* используют речь для регуляции своего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
21.	Равномерный бег (*7мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами можно развивать выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	***Уметь:*** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега - выполнять упражнения для развития выносливости.	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
22.	Равномерный бег (*8мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Гуси-лебеди». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами можно развивать выносливость? **Цели:** развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. учить правильному дыханию.	***Уметь:***бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время заня-	***Познавательные****:* используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

					тий физическими упражнениями				
Гимнастика (17 ч)									
23.	**Акробатика. Строевые упражнения (6ч)** Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.	Изучение нового материала	Как вести себя в спортивном зале? **Цели:** познакомить с простейшими элементами акробатики; учить выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения; строиться в шеренгу по кругу и размыкается в шеренге на вытянутые руки.	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы. ***Регулятивные:*** используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** договариваются о распределениифункций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
24.	Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Название	Комплексный	Название основных гимнастических снарядов **Цели:** учить простейшим элементам акробатики; учить выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности	***Уметь:***выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения;	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и Текущийупорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника	Текущий	

	основных гимнастических снарядов.						ми и взрослыми		
25.	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Как развивать лов кость и координацию движений? **Цели:** учить простейшим элементам акробатики; учить выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения; - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
26.	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Правила выполнения упражнении акробатики? **Цели:**учить простейшим элементам акробатики; выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения;	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

27.	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Как технически грамотно выполнить перекаты? **Цели:** учить простейшим элементам акробатики; выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения; организовы-вать и прово-дить подвижные игры	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за по- мощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей	Теку-щий	
28.	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. ОРУ. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Что такое группировка? **Цели:** учить простейшим элементам акробатики; учить выполнять перекати в группировке; развивать координационные способности ; учить выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.	***Уметь:***выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы; -выполнять акробатические упражнения; организовы-вать и прово-дить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплиниров анность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Теку-щий	

29.	**Равновесие. Строевые упражнения. (6ч).** Построение по звеньям, заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в сторону руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей.	Изучение нового материала	Развитие равновесия. **Цели:**учитьнавыков выполнения упражнений в равновесиях и упорах, учить выполнять упражнения подвижных игр разной функциональной направленности; разучить ОРУ с обручами.	***Уметь:*** выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые упражнения.	Научатся:- выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка); организовывать и проводить подвижные игры;- выполнятьорганизующие строевыекоманды и приемы;	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
30.	Построение по звеньям, заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в сторону руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической	Комплексный	Как выполнять упражнения в равновесии? **Цели:** учить навыков выполнения упражнений в равновесиях и упорах, учить выполнять упражнения под-	***Уметь:*** выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые упражнения.	Научатся: выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка); организовывать и проводить	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существо-	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со	Текущий	

	скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей.		вижных игр разной функциональной направленности; ОРУ с обручами.		подвижные игры;- выполнятьорганизующие строевые команды и приемы - соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой	вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	сверстниками и взрослыми		
31.	Размыкание на вытянутые в сторону руки. Повороты направо, налево. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на одной ноге на гимнастической скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Какие существуют строевые команды? Правила безопасного поведения в разминке с обручами. **Цели:**учить выполнять упражнения по команде; развивать координационные способности в играх и эстафетах	***Уметь:*** выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые упражнения.	Научатся: выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка); - оценивать дистанцию и интервал в строю; выполнять упражнения с обручами. -	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
32.	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по	Совершенствования	Как выполнять упражнения в равновесии? **Цели:**учить выполнять упражнения равновесии в комбинации из двух-	**Уметь:**выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые	Научатся: выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями;***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Текущий	

	гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей		трех упражнений; развивать координацию движении, равновесие в ходьбе по скамейке.	упражнения.	скамейка); - оценивать дистанцию и интервал в строю; выполнять упражнения с обручами. -	и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
33.	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Как выполнять упражнения в равновесии? **Цели:**учить выполнять упражнения равновесии в комбинации из двух-трех упражнений; развивать координацию движении, равновесие в ходьбе по скамейке.	**Уметь:**выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые упражнения.	Научатся: - выполнять упражнения равновесии в комбинации из двух-трех упражнений; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников.	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
34.	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке.	Совершенствования	Какие существуют упражнения для развития координации? **Цели:**развивать координацию движений, равновесие в ходьбе по скамейке;	***Уметь:*** выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка);строевые	Научатся: выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(гимнастическая скамейка); -оценивать	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существо-	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

	Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных способностей.		развивать гибкость.	упражнения.	дистанцию и интервал в строю; -выполнять упражнения с обручами. - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
35.	**Опорный прыжок, лазание (5 ч).** Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Перелезание через козла. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей.	Изучение нового материала	Какие правила безопасного поведения необходимо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики? **Цели:**учить выполнять упражнения со страховкой;выполнять общеразвивающие упражнения в движении; выполнять лазанье и перелезание разными способами; развивать силу.	**Уметь:** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Научатся: выполнять упражнения на гимнастической стенке; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
36.	Лазание по гимнастической	Комплексны	Какие правила безопасного	**Уметь:** лазать по	Научатся: выполнять	***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы;	проявляют дисциплиниров	Текущий	

	стенке. ОРУ в движении. Перелезание через козла. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей.	й	поведения необходимо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики? **Цели:** учить выполнять упражнения со страховкой; выполнять общеразвивающие упражнения в движении; выполнять лазанье и перелезание разными способами; развивать силу.	гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	упражнения на гимнастической стенке; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой;	осуществляют поиск необходимойинформации. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	анность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
37.	Лазание по канату. ОРУ в движении. Перелезание через козла. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей.	Комплексный	Организационные приёмы лазанья по канату. **Цели:**учить лазанью по канату и перелезанью через козла, соблюдая правила безопасности.	**Уметь:** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Научатся: - выполнять лазанье и перелезание черезгимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности.	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше- нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
38.	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на	Комплексный	Какие бывают способы лазания по гимнастической стенке? Как	**Уметь:** лазать по гимнастической стенке, канату;	Научатся: - выполнять лазанье и	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают	проявляют дисциплинированность, упорство в	Текущий	

	коленях. Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через козла. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей.		совершенствовать лазанье по канату? **Цели:**учить лазанию по гимнастической стенке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.	выполнять опорный прыжок.	перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности	правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
39.	Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через козла. Игра «Три движения». Развитие силовых способностей.	Комплексный	Каковы правила выполнения лазанья? **Цели:** учить лазанию по гимнастической стенке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.	**Уметь:** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.	Научатся: - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
Подвижные игры (20ч)									
40.	**Подвижные игры (20ч)**	Изучение новог	Развитие скоростно-силовых	**Уметь:** играть в подвижные	Научатся: - организовы-	***Познавательные:*** понимать и принимать цели, сформулированные	Проявляют положительные качества	Текущий	

	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	о материала	способностей. **Цели:**формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	игры с бегом, прыжками, метанием.	вать и проводить подвижные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности.	учителем; **Регулятивные***:* Принимать и сохранять учебную задачу ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.		
41.	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:** формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием.	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
42.	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? **Цели:**учить выполнять физические упражнения в	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности.	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			команде; соблюдать правила безопасности.			в общении и взаимодействии.			
43.	ОРУ. Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? **Цели:**учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности.	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
44.	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	**Цели:** учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием .	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	

45.	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	**Цели:** учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.;	Научатся: -организовывать и проводить подвижные игры; - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием .	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
46.	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствование	Правила взаимодействия в игре . **Цели:**учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** понимать и принимать цели, сформулированные учителем; ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
47.	ОРУ. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Правила взаимодействия в игре . **Цели:**учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием**.**	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.		физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
48.	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствование	Разновидности спортивных игр с мячом. **Цели:**учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - давать характеристику спортивных игр с мячом; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
49.	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	Разновидности спортивных игр с мячом. **Цели:**учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - давать характеристику спортивных игр с мячом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			безопасности.		упражнениями	и взаимодействии.			
50.	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:**формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
51.	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексный	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:**формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Научатся: - взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
52.	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	Научатся: взаимодействовать со сверстниками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые	проявляют положительные качества личности и управляют	Текущий	

	скоростно-силовых способностей.		снарядов и инвентаря? **Цели:**учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности.	метанием.	в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
53.	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? **Цели:**учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учител^. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
54.	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексный	Как проводятся весёлые старты? **Цели:** закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

					в эстафетах.	рас пределении функций и ролей в совместной деятельности.			
55.	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Как проводятся весёлые старты? **Цели:** закреплять умения и навыков правильного выполнения движении; выполнять командные действия в эстафете и играх.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
56.	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:** закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
57.	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексный	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:**формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.		нагрузку во время участия в эстафетах.	***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии			
58.	ОРУ. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Как проводятся весёлые старты? **Цели:** закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
59.	ОРУ. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. **Цели:** закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	**Уметь:** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. я	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
Подвижные игры на основе баскетбола (21ч)									

60.	**Подвижные игры на основе баскетбола (21 ч)** Инструктаж по ТБ. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	Изучение нового материала	Как выполнять броски и ловлю мяча? **Цели:** учить правильной технике броска и ловли мяча, соблюдая правила безопасности; выучить игру «Бросай и поймай».	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр;	Научатся: -выполнять броски и ловлю мяча; - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
61.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	Совершенствование	Как избежать травмы на уроке физкультуры? **Цели:**закреплять навык выполнения бросков и ловли мяча на месте;	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
62.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в	Совершенствования	Как взаимодействовать с партнёром при выполнении бросков и ловли	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение,***	Научатся: -технически правильно выполнять броски и	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Текущий	

	колонах». Развитие координационных способностей.		мяча в парах? **Цели:** закреплять выполнение бросков и ловлю мяча; разучить игру «Передача мячей в колонах».	***броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	ловлю мяча в парах; организовывать и проводить подвижные игры	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	поставленных целей		
63.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в колонах». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Как взаимодействовать с партнёром при выполнении бросков и ловли мяча в парах? **Цели:** закреплять выполнение бросков и ловлю мяча; разучить игру «Передача мячей в колонах».	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: -технически правильно выполнять броски и ловлю мяча в парах; организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
64.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Передача мяча **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча; -учить технике	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять передачу мяча разными способами; броски и ловлю мяча в парах; - соблюдать правила взаимодействи	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			выполнения передачи мяча снизу на месте; разучить игру «Мяч соседу».		я с игроками. -				
65.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Как ведется счет в баскетболе? **Цели:** совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча; учить технике выполнения передачи мяча снизу на месте;	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять передачу мяча разными способами; броски и ловлю мяча в парах; - соблюдать правила взаимодействия с игроками. организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
66.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Способы выполнения бросков мяча. **Цели:** учить распределять роли игроков в командной игре; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами; разучить игру	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			«Гонка мячей по кругу».						
67.	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в баскетбол? **Цели:** развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами;	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
68.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал - садись». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Для чего устанавливаются правила игры? **Цели:** учить правильной технике выполнения бросков мяча в кольцо; - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами;	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в футбол	Научатся: - технически правильно выполнять упражнение; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
69.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте.	Совершенствования	Способы выполнения бросков мяча в корзину. **Цели:**закрепить	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на***	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые	проявляют положительные качества личности и	Текущий	

	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал - садись». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.		навык выполнения бросков мяча в кольцо; - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами; -разучивание игры мини-баскетбола.	***расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	разными способами; - взаимодействовать со сверстниками по правилам игры; - организовывать и проводить подвижные игры	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
70.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Совершенствования	Правила безопасного поведения при игре в баскетбол. **Цели:** развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
71.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра	Комплексный	За что назначаетсяштрафной бросок? **Цели:**совершенствовать навыкзаимодействияс партнеромв	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе	Научатся: - творческиподходитьк выполнениюупражнений с мячом и	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия;	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

	«Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационны х способностей.		упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	добиваться достижения конечного результата	адекватновоспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.			
72.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационны х способностей.	Совер шенст вован ия	Как бросатьмяч в корзину? **Цели:**совершенствов ать навыкивзаимодействи я с партнеромв упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини – баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействи я с игроками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируютдействия партнера; договариваются и приходят к общемурешению в совместной деятельности.	проявляют положительные качестваличност и и управляют своими эмоциями в различныхнеста ндартных ситуациях	Теку-щий	
73.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. ОРУ.	Совер шенст вован ия	Как выполнять броски одной рукой? **Цели:**совершенствов ать	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние,***	- технически правильно выполнять упражнения с мячом с	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с	проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в	Теку-щий	

	Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей.		навыкзаимодействияс партнеромв упражнениихс мячом; развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини – баскетбол.	элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом;- соблюдать правила взаимодействияс игроками.	поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватновоспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	достижении поставленных целей		
74.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	Совершенствования	Ведение мяча. **Цели:**совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом; -учить выполнять ведение мяча на месте и в движении.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	Научатся: - творческиподходитьк выполнениюупражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата; -выполнять ведения мяча на месте и в движении.	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы;ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способарешения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
75.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с	Комплексный	какие бывают игры с мячом? **Цели:**совершенствовать навыкзаимодействияс партнеромв	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами	***Познавательные:*** используют общие приемы решении поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Текущий	

	мячами. Развитие координационны х способностей		упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия с игроками	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	целей		
76.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационны х способностей.	Компл ексны й	Как развивать выносливость, ловкость и координацию? **Цели:** совершенствовать навыкивзаимодействия с партнером упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Теку-щий	
77.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и	Компл ексны й	Правила выполнения упражнений в парах.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, пере-***	- Научатся: технически правильно вы-	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.	проявляют дисциплинированность,	Теку-щий	

	передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационны х способностей.		**Цели:**совершенствов ать навыкивзаимодействи яс партнеромв упражненияхс мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***давать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	полнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействи яс игроками	***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватновоспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
78.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационны х способностей.	Компл ексны й	Как развивать ловкость? **Цели:** совершенствовать навыкивзаимодействи яс партнеромв упражненияхс мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействи	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Теку-щий	

					яс игроками				
79.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». Развитие координационны х способностей.	Компл ексны й	Ведение мяча правой, левой рукой. **Цели:** совершенствовать навыкзаимодействи яс партнеромв упражнениихс мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействи яс игроками	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способарешения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Теку-щий	
80.	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационны х способностей.	Компл ексны й	Способы выполнения бросков мяча в корзину. **Цели:** совершенствовать навыкзаимодействи яс партнеромв упражнениихс мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Теку-щий	

			баскетбола; -играть в мини-баскетбол.		- соблюдать правила взаимодействия с игроками				
Кроссовая подготовка (10ч)									
81.	**Бег по пересечённой местности (10ч)** Инструктаж по ТБ. Равномерный бег (*3 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. **Цели:** формировать навык выполнения длительного бега для развития выносливости; -разучивание игры «Пятнашки».	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега; -- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватновоспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
82.	Равномерный бег (*3 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? **Цели:** учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*); **-** равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега.	**Научатся:** -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега; - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега;	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачупри выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
83.	Равномерный бег (*4 мин*).	Комплексны	Значение дыхательных упражнений	**Уметь:** бегать в равномерном	**Научатся:** - технически	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы;	оказывают бескорыстную	Текущий	

	Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости.	й	для укрепления здоровья. **Цели:** развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; -развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, при проведения подвижных игр.	темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	правильно выполнять дыхательные упражнения; - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега;	ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
84.	Равномерный бег (*4 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как правильно дышать? **Цели:** развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; -развивать выносливость различными способами.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - соблюдать ритм при выполнении дыхательных упражнений; - организовывать и проводить подвижные игры; - развивать выносливость различными способами.	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
85.	Равномерный бег (*6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Два мороза». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Что такое физические качества человека? **Цели:**развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой; -разучивание игры «Два мороза».	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - организовывать и проводить подвижные игры; развивать выносливость различными способами.	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируютдействия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

86.	Равномерный бег (*6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Два мороза». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Техника выполнения упражнений дыхательной гимнастики. Какие качества развиваются при выполнении подъематуловища из положения лежа? **Цели:** развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой; -разучивание игры «Два мороза».	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - технически правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики; - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействияс игроками	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способарешения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
87.	Равномерный бег (*7 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях? **Цели:** развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой; -развивать выносливость во время бега, при проведения подвижных игр.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; - организовывать и проводить подвижные игры; -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега;	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируютдействия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

88.	Равномерный бег (*7 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. **Цели:** закреплять навык выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
89.	Равномерный бег 8*мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:** учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние; закреплять навык выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега .	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
90.	Равномерный бег 8*мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? **Цели:** учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге.	**Уметь:** бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*)	**Научатся:** - выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м; - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге;	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	

Лёгкая атлетика (10ч)									
91.	**Ходьба и бег (4ч)** Инструктаж по ТБ. Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (*30м*). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Комплексный	Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях? **Цели:**учить выполнять челночный бег 3х10 м; - развивать скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию.	**Знать:** правила ТБ **Уметь:** правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*)	**Научатся:** - самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; организовывать и проводить подвижные игры;	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных Текущийнестандартных ситуациях	Текущий	
92.	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (*30м*). ОРУ. Подвижная игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	Комплексный	При каком виде бега применяется низкий старт? **Цели:** закрепить навык выполнения бега на короткую дистанцию, развивать скоростные качества в беге	**Уметь:** правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*)	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега .	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
93.	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:**совершенствовать технику низкого старта;	**Уметь:** правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге;	**Научатся:** - выполнять бег на 30 метров, используя тех-	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Текущий	

	(*60м*). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Развитие скоростных способностей.		учить бегу с ускорением.	бегать с максимальной скоростью (*до 60м*)	нику стартового ускорения;	выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	поставленных целей		
94.	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (*60м*). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Развитие скоростных способностей.	Комплексный	При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? **Цели:** совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением	**Уметь:** правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*)	**Научатся:** - выполнять упражнения для развития скоростных качеств; -грамотно использовать технику высокого старта при выполнении бега; - выполнять бег на 60 метров, -	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
95.	**Прыжки (3ч)** Прыжок в длину с места. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты» .	Комплексный	Как выполняется прыжок в длину с места? **Цели:**учить правильной технике прыжка в длину с места; -развитие силы, ловкости и координации во время выполнения прыжков разными способами.	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	**Научатся:** - организовывать подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками; - выполнять прыжок в длину с места, соблюдая правила безопасного приземления	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

96.	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики».	Комплексный	Как выполнять прыжок в длину с разбега? **Цели:** учить правильной технике прыжка в длину с разбега.	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	**Научатся:** - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
97.	Прыжок в длину с места, с разбега отталкиванием одной и приземлением на две ноги. Эстафеты. ОРУ. Подвижная игра «Прыжок за прыжком».	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:**формировать умения выполнять прыжки разными способами соблюдая правила безопасного приземления.	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: -технически правильно выполнять прыжки разными способами соблюдая правила безопасного приземления;	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок . ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируютдействия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
98.	**Метание мяча (3ч).** Метание малого мяча в цель (*2х2*) с 3 – 4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Комплексный	Каковы правила метания мяча? Как правильно поставить руку при метании? **Цели:** учить правильной постановке руки при метании мяча в цель и на дальность.	**Уметь:** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель	**Научатся:** -выполнять легкоатлетические упражнения (метание мяча с правильной постановкой руки).	***Познавательные:*** используют общие приемы решенияпоставленных задач . ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватновоспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляциисвоего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

99.	ОРУ. Метание набивного мяча из разных положений. Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	Комплексный	Как выполнить подсчёт пульса? **Цели:** учить выполнять подсчет пульса до занятий, после нагрузки, после восстановления; метать предметы из разных положений.	***Уметь:*** Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	**Научатся:** -выполнять подсчёт пульса и характеризовать физическую нагрузку; -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении; - правильно передавать эстафету в различных ситуациях	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способарешения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
100	Метание малого мяча в цель (*2х2*) с 3 – 4 метров. Метание набивного мяча на дальность. ОРУ. Подвижная игра «Снайперы». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств. Подведение итогов учебного года	Комплексный	Как использовать полученные в процессе обучения навыки? **Цели::**выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала;	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	**Научатся:** -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении; - правильно передавать эстафету в различных ситуациях; - организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	