


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА ИРКУТСКА ГИМНАЗИЯ № 3

664020, г. Иркутск, улица Ленинградская, дом 75, тел. 32-91-55, 32-91-54

«Рассмотрено»: РСП учителей  
прикладного цикла

 / Кузнецова И.В.

Протокол № 1

от «27»августа 2015г.

«Согласовано»: ЗД по УВР

 Жигунова О.А.

«27»августа 2015 г.

«Утверждено»: директор МБОУ

Гимназии № 3

Трошин А.С.

Приказ №  от  2015г.



Рабочая программа  
по физической культуре  
для 3А,В,Г

(уровень: базовый)

Учитель Мамасенко Наталья Викторовна

Рабочая программа составлена на основе Примерной государственной программы по физической культуре для общеобразовательных школ и авторской программы Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов В.И.Ляха, А.А.Зданевича (М.: Просвещение, 2012).

2015-2016 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной образовательной программы, Комплексной программы физического воспитания учащихся и ориентирована на использование учебно – методического комплекта:

1. Лях, В.И. физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ В. И. Лях. – Просвещение 2012
2. Лях, В. И. Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы/ В. И. Лях – Просвещение, 2012.

Программа начального общего образования определяет содержание и организацию учебного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно – нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

### Цель программы:

- укрепление здоровья;
- совершенствование физических качеств;
- освоение определенных двигательных действий;
- развитие мышления, творчества и самостоятельности.

### Выполнение данной цели связано с решением следующих задач:

- формирование представлений о физической культуре, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
- развитие основных физических качеств;
- обучение физическим упражнениям, подвижным играм и техническим действиям спортивных игр;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств;
- приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой.

Согласно базисному плану образовательных учреждений РФ в программу внесены изменения в соответствии с приказом Минобрнауки РФ от 30.08. 2010 года №889 « О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений...» на уроки физической культуры во 2 классе выделяется 102 часа (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

**Лыжная подготовка заменена плаванием в количестве 12 часов.**

### Примерное распределение учебного времени по разделам программы в 3 классе

№	Разделы программы	Количество часов	1	2	3	4
			четв	четв	четв	четв
1	Знания о физической культуре	6	1	1	2	2
2	Легкая атлетика	26	15			11
3	Гимнастика с основами акробатики	32		8	14	10
4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	26	11		14	1
5	Плавание	12		12		
	Количество уроков в неделю	3				

	<b>Количество учебных недель</b>	<b>34</b>				
	<b>итого</b>	<b>102</b>				

### **Результаты изучения учебного предмета**

#### **Личностными результатами являются:**

- проявление положительных качеств и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

#### **Метапредметными результатами являются:**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий и походов;
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

#### **Предметными результатами являются:**

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- Измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела)
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

#### **Структура курса выделяет следующие учебные разделы:**

- знания о физической культуре;
- способы физкультурной деятельности;
- физическое совершенствование.

#### **Содержание курса:**

- базовая – составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры;
- вариативная – связана с учетом индивидуальных способностей и местных особенностей работы школы.

#### **Базовая программа содержит:**

##### **Знания о физической культуре:**

Возникновение физической культуры у древних людей; понятие - «физическая культура»; значение физической культуры в жизни человека; понятие - «физические качества человека»; значение закаливания для укрепления здоровья; значение занятий лыжными видами спорта для укрепления здоровья;

##### **Способы физкультурной деятельности:**

- комплексы утренней зарядки; физкультминутки; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, точность броска малого мяча; подвижные игры во время прогулок; комплексы упражнений для формирования правильной осанки; освоение подводящих упражнений.

##### **Физическое совершенствование:**

- **организующие команды** (основная стойка, смирно, вольно, шагом марш; на месте стой); перестроения в 2 шеренги; перестроение в колонну, в шеренгу; смыкание и размыкание приставными шагами;
- **акробатические упражнения** – упоры; седы; группировки из положения лежа и раскачивания; перекувылки назад из седа в группировке и обратно.
- **гимнастические упражнения прикладного характера** – передвижения по гимнастической стенке вверх и вниз; ползание и

переползание по – пластунски; преодоление полосы препятствий; хождение по наклонной доске; висы стоя спереди и сзади; лазание по канату; передвижения и повороты на скамейке.

- **легкая атлетика** – бег с высоким подниманием бедра; прыжками и ускорением; с изменяющимся направлением; прыжки – на месте, с поворотом, с продвижением вперед; приставными шагами; в длину с прямого разбега; броски мяча вверх и ловля; броски в цель и на дальность.

- **лыжные гонки** – организующие команды « лыжи на плечо», « лыжи под руку», « Лыжи к ноге», « На лыжи становись», передвижение в колонне ступающим и скользящим шагом.

- **подвижные игры** –

на материале «гимнастика»

– « У медведя во бору», « Раки», « Тройка», « Бой петухов», « Совушка», « Салки –догонялки», « Мы веселые ребята», « Змейка», « Не урони мешочек», « Становись, разойдись»

на материале « легкая атлетика»

- « Не оступись», « Пятнашки», « Волк во рву», « Кто быстрее», « Пингвины с мячом», « К своим флажкам», « Точно в мишень», « Третий лишний», « Стрелки» и т.д.

на материале « лыжная подготовка»

- « Охотники и олени», « Встречная эстафета»,

« День и ночь», « Попади в ворота», « Кто дольше прокатится», « На буксире», и т.д.

на материале « спортивные игры»

- **футбол** –элементы ударов по неподвижному и катящемуся мячу; ведение между предметами и с обводкой, эстафеты с ведением мяча;

**баскетбол** – ловля мяча на месте и в движении; передача мяча из разных положений на месте и в движении; ведение мяча; игры в парах; эстафеты с элементами баскетбола.

### Общеразвивающие упражнения

#### **На материале гимнастика с основами акробатики**

– **развитие гибкости** - из положения стоя, лежа, с большой амплитудой; комплексы упражнений с предметами.

- **развитие координации** – преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке; игры на переключение внимания; жонглирование; комплексы упражнений на координацию; равновесия.

- **формирование осанки** – ходьба с предметами на голове; комплексы корректирующих упражнений.

- **развитие силовых способностей** – упражнения с опорой на руки и на ноги; использование упражнений с отягощением или собственным весом; прыжковые упражнения; лазание с дополнительным отягощением; перелезание и перепрыгивание; подтягивание в висе стоя и лежа, отжимание; прыжковые.

#### На материале легкой атлетики:

**Развитие координации:** бег с изменяющимся направлением; пробегание коротких отрезков; прыжки через скакалку;

**Развитие быстроты:** повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта из разных и.п.; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; броски в стену и ловля.

**Развитие выносливости:** равномерный бег, чередующийся с ходьбой; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м; бег 400 м.

**Развитие силовых способностей:** многоскоки; преодоление препятствий; передача набивного мяча вправо, влево; метание набивных мячей двумя и одной рукой; прыжки в высоту и на скакалке; прыжки с доставанием предмета; прыжки по разметкам на полу; запрыгивание и спрыгивание на возвышенность.

## Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся

В результате освоения программного материала по физической культуре выпускники начальной школы должны:

- **Знать:**
  - о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
  - о режиме дня и личной гигиене;
  - о правилах составления комплексов утренней зарядки;
- **Уметь:**
  - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
  - выполнять комплексы утренней зарядки и физкультминуток;
  - играть в подвижные игры;
  - выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
  - выполнять комплексы ОРУ ;
  - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках.

### Уровень физической подготовленности

#### 3 класс

Контрольные упражнения	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	мальчики	мальчики	мальчики	девочки	девочки	девочки
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол – во раз	14-16	8-13	5-7	13-15	8-12	5-7
Прыжок в длину с места	143-150	128-142	119-127	136-146	118-135	108-117
Наклон вперед не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта	6.0- 5.8	6.7-6.1	7.0-6.8	6.2- 6.0	6.7-6.3	7.0-6.8
Бег 1000м	Б.уч.вр.	Б.уч.вр.	Б.уч.вр.	Б.уч.вр.	Б. уч. вр.	Б.уч.вр.

## Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

### Мелкими ошибками считаются:

- ошибки, не влияющие на качество и результат выполнения;

### Значительные ошибки:

- ошибки, не вызывающие особого искажения структуры движения, но влияют на качество выполнения;

### Грубые ошибки:

- ошибки, искажающие технику движения, влияют на качество и результат выполнения.

### 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 2 значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

**Оценка «2»** выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной 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.

## 3 КЛАСС

№	Тема урока	Тип	Класс	Решаемы	Планируемые результаты		Вид	Дата	
					универсальные учебные действия	предметные знания		п л	ф а
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

1	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Содержание комплекса утренней зарядки. Подвижная игра «Салки-догонялки»	Комбинированный	1	Как вести себя на уроках? <b>Цели:</b> напомнить правила поведения на уроках; учить слушать и выполнять команды	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют учебно-познавательный инте	<b>Научатся:</b> - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс УГГ	Текущий	01.09	
2	Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Подвижная игра «Ловишка»	Изучение нового материала	1	Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма? <b>Цели:</b> развивать умение выполнять команды, выносливость в беге; учить правильной технике прыжков в длину с места	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение физического развития	<b>Научатся:</b> - самостоятельно - но выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий	03.09	
3	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых	Комбинированный	1	Где и как выполняется построение в начале урока? <b>Цели:</b> закрепить	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета	<b>Научатся:</b> - выполнять организующие строевые коман-	Текущий	05.09	

	упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Игра «Салки с домом»			в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег на 30 м	<b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	- разминаться, применяя специальные беговые упражнения			
4	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10 м. Разучивание игры «Ловишка с лентой»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Что такое челночный бег? Корректировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? <b>Цели:</b> учить правильной технике бега	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	<b>Научатся:</b> — выполнять легкоатлетические упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	08.09	
5	Объяснение понятия «пульсометрия». Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Подвижная игра «Удочка»	Изучение нового материала	1	Как прыгать вверх на опору? <b>Цели:</b> учить выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	10.09	



6	Особенности развития физической культуры у народов Древней Руси. Развитие внимания, координации, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места.	Проверка и коррекция знаний и умений -	1	Какая польза от занятий физической культурой? <b>Цели:</b> учить выполнять строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников -	Контроль двигательных качеств в (прыжок в длину с места -	12.09	
7	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	Изучение нового материала	1	Правила выполнения метания малого мяча (мешочка) на дальность с трех шагов разбега. <b>Цели:</b> учить правильной технике метания предмета	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании	Текущий	15.09	

8	Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом против»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Правила метания малого мяча. <b>Цели:</b> совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	<b>Научатся:</b> - выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	17.09	
9	Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью человека. Обучение броскам и ловле набивного мяча в парах	Изучение нового материала	1	Разновидности трудовой деятельности человека. <b>Цели:</b> учить выполнять броски и ловлю набивного мяча; взаимодействовать с партнером	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - соблюдать правила взаимодействия с партнером	Текущий	19.09	
10	Обучение метанию набивного мяча от плеча одной рукой. Развитие выносливости, координации движений в беге с изменением частоты шагов. Игра «Два Мороза»	Изучение нового материала	1	Метание набивного мяча одной рукой от плеча. <b>Цели:</b> развивать силу, координационные способности при метании мяча от плеча одной рукой	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	<b>Научатся:</b> - выполнять бег с изменением частоты шагов, с различным ритмом и темпом; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	22.09	

11	Развитие выносливости в беге в медленном темпе в течение 5 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете	Комбинированный	1	Как распределять силы на дистанции? <b>Цели:</b> развивать выносливость и силу при выполнении медленного бега	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	<b>Научатся:</b> - равномерно распределять свои силы для завершения пятиминутного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	24.09	
12	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на дистанцию 30 м. Разучивание игры «Третий лишний»	Комбинированный	1	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. <b>Цели:</b> развивать внимание, скорость, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой темпа	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	26.09	

13	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Развитие координационных качеств посредством игр. Подвижная игра «Третий лишний»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как правильно стартовать и финишировать в беге? Цели: развивать координационные способности, силу, скорость при выполнении беговых упражнений	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкой атлетикой с помощью упражнений	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	29.09	
14	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега	Комбинированный	1	Прыжок в длину с разбега. Цели: развивать скоростно-силовые качества мышц ног в прыжках с разбега	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	Текущий	01.10	
15	Совершенствование прыжка в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Игра со скакалкой «Пробеги с прыжком»	Изучение нового материала	1	Как правильно отталкиваться при выполнении прыжка в длину с разбега? Цели: учить отталкиванию без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; - выполнять безопасное приземление	Текущий	03.10	

16	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Развитие ловкости в игре со скакалкой «Пробеги с прыжком»	Комбинированный	1	Скоростные и силовые качества. Цели: развивать скоростно-силовые качества в прыжках в длину с разбега и со скакалкой	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	06.10	
17	Правила безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Развитие координационных способностей посредством общеразвивающих упражнений. Разучивание	Комбинированный	1	Правила безопасности в спортивном зале. Цели: развивать координационные способности в общеразвивающих упражнениях с гимнастическими палками -	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий; - выполнять упражнения с гимнастическими палками на месте и в продвижении	Текущий	08.10	

18	Развитие внимания и координационных способностей в перестроениях в движении. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Развивать ориентировку в пространстве в перестроениях в движении. Цели: закрепить навык выполнения подъема туловища на время	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (подъем туловища)	10.10	
19	Развитие силы, координационных способностей в упражнении «вис на гимнастической стенке на время». Разучивание игры «Догонялки на марше»	Комбинированный	1	Какими способами развивают координационные способности? Цели: учить выполнять упражнение «вис на гимнастической стенке на время»	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	Текущий	13.10	
20	Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертайся от мяча»	Комбинированный	1	Как технически правильно выполнять перекаты? <b>Цели:</b> закрепить навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять перекаты в группировке; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	15.10	

21	Совершенствование выполнения кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки	Комбинированный	1	Как правильно выполнять кувырок вперед? <b>Цели:</b> развивать координационные способности, учить контролировать физическое состояние при выполнении упражнений круговой тренировки	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	17.10	
22	Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках». Подвижная игра «Посадка картофеля»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на уроках гимнастики. <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения со страховкой	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять «стойку на лопатках»; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	20.10	

23	Совершенство-вание выполне-ния упражнения «мост». Обуче-ние упражнени-ям акробатики в различных сочетаниях. Раз-витие ориенти-ровки в про-странстве в по-строениях и пе-рестроениях	Изуче-ние нового мате-риала	1	Какова этапность при выполнении упражнения «мост»? Цели: закрепить навык выполнения упражнений по-точным методом; учить правильно размыкаться в ше-ренге на вытяну-тые руки по кругу	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы. <i>Регулятивные:</i> используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять организую-щие строевые команды и при-емы; - выполнять упражнение по образцу учи-теля и показу лучших учени-ков	Теку-щий	22.10	
24	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из поло-жения стоя. Развитие вни-мания, мышле-ния, двигатель-ных качеств посредством упражнений круговой тре-нировки	Комби-ниро-ванный	1	Правила выполне-ния наклона впе-ред из положения стоя. Цели: учить вы-полнять упражне-ния круговой тре-нировки разной функциональной направленности	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - соблюдать правила пове-дения и предуд-преждения травматизма во время вы-полнения упражнений круговой тре-нировки	Кон-троль двига-тельных качеств (наклон вперед из по-ложе-ния стоя)	24.10	
25	Развитие коорди-нации в ходьбе	Комби-ниро-	1	Как развивать лов-кость и координа-	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Научатся: - выполнять	Теку-щий	27.10	



	противоходом и «змейкой». Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку. Игра на внимание «Класс, смирно!»	ван-ный		цию движений? Цели: учить перемещаться по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку	<i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	упражнения для развития ловкости и координации			
26	Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Подвижная игра «Конники-спортсмены»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как развивать силу? Цели: закрепить навык правильного выполнения прямого хвата при подтягивании	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять упражнения для развития силы и ловкости	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)	29.10	
27	Совершенствование выполнения упражнений в равновесиях и упорах. Разучивание игры «Прокати быстрее мяч»	Комбинированный	1	Развитие равновесия. Цели: закрепить навык выполнения упражнений в равновесиях и упорах, учить выполнять упражнения подвижных игр разной функциональной направленности	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре (низкое бревно, гимнастическая скамейка); - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	31.10	

28	Обучение положению ног углом в висе на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Что изменилось?»	Изучение нового материала	1	Какова этапность при выполнении виса на перекладине и гимнастической стенке? Цели: учить правильному выполнению упражнений на укрепление брюшного пресса	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; - соблюдать правила взаимодействия с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	12.11	
29	Ознакомление с правилами безопасного поведения на уроках плавания. Освоение правил и требований к занятиям с водой	Вводный	1	Вводный инструктаж. Правила ТБ на занятиях плаванием. Проверка плавательной подготовки способом кроль на груди, кроль на спине, брасс. Цели: закрепить навык переноса и крепления лыж, выполнения движения на лыжах	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	научатся: – правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены и значение плавания в системе закаливания организма и обеспечения безопасности жизнедеятельности человека; – названия плавательных упражнений, способов плавания;	Текущий	14.11	

30	Ознакомление с видами физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Совершенствование кувырков вперед	Изучение нового материала	1	Как составить комплекс упражнений для физкультминутки? Цели: учить понимать принципы построения физкультминуток; развить координацию в кувырках вперед	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - самостоятельно - но составлять комплекс упражнений физкультминутки; - технике движения рук и ног в кувырках	Текущий	17.11	
31	Плавание способом кроль на груди Техника работы ног, рук способом кроль на груди	Применение знаний и умений	1	Как правильно закаливаться? Цели: закрепить навык в плавании кролем на груди	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют проблему и находят способы их решения. <i>Регулятивные:</i> используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять движение руками, ногами.	Текущий	19.11	
32	Развитие гибкости в упражнениях на гимнастических снарядах. Развитие внимания, ловкости и координации в эстафете «Веревочка под ногами». Совершенствование кувырка вперед -	Применение знаний и умений	1	Как развивать гибкость тела? Цели: учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях и сочетаниях -	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, ие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой	Текущий	21.11	

33	Плавание способом кроль на груди Согласование работы ног, рук с дыханием способом кроль на груди	Применение знаний и умений	1	Как правильно держать доску при скольжении на груди. Цели: развивать выносливость многократным скольжением.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность,	Научатся: - осуществлять работу рук, ног кролем на груди, спине, брассом; – проплыть 25 м кролем на груди, спине, брассом	Текущий	24.11	
34	Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимнастическими палками и со скакалкой. Развитие координационных способностей в эстафетах с гимнастическими палками. Подвижная игра «Удочка»	Комбинированный	1	Какие существуют строевые команды? Правила безопасного поведения в разминке с гимнастическими палками. <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения по команде; развивать координационные способности в играх и эстафетах	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	<b>Научатся:</b> - оценивать дистанцию и интервал в строю; - выполнять упражнения с гимнастическими палками; - пробегать через вращающуюся скакалку	Текущий	26.11	
35	Плавание способом кроль на груди, на спине	Применение знаний и умений	1	Какие упражнения разминки выполняются перед плаванием способом кроль на груди, на спине. Цели: закрепить навык в плавании способом кроль	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - самостоятельно организовывать и проводить разминку перед спуском в воду	Текущий	28.11	

36	Развитие внимания, скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр. Совершенствование упражнений акробатики	Применение знаний и умений	1	<p>Правила безопасного поведения в подвижных играх.</p> <p><b>Цели:</b> учить выполнять упражнения акробатики в комбинации из двух-трех упражнений</p>	<p><i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить подвижные игры;</li> <li>- контролировать свои действия в игре и наблюдать за действиями других игроков</li> </ul>	Текущий	01.12	
37	Плавание способом кроль на груди в целом	Комбинированный	I	<p>Как распределять силы при плавании на выносливость шой дистанции?</p> <p><b>Цели:</b> учить способу кроль на груди в целом</p>	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся: .</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять упражнения для плавания кролем на груди</li> </ul>	Текущий	03.12	

38	Правила выполнения упражнений с мячом. Обучение обще-развивающим упражнениям с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Вышибалы»	Комбинированный	1	Постановка рук и ног при выполнении броска и ловли мяча разными способами. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений;</li> <li>- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой</li> </ul>	Текущий	05.12	
39	Кроль на груди, на спине. Техника работы ног, рук способом кроль на спине	Применение знаний и умений	1	<p>Как избежать столкновений в воде при выполнении заданий?</p> <p><b>Цели:</b> развивать выносливость, координацию в плавании на спине</p>	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять упражнения для развития координации (повороты, перевороты)</li> </ul>	Текущий	08.12	

40	Совершенство-вание бросков и ловли мяча в паре. Разучивание игры «Мяч соседу»	Комбини-рованный	1	Как выполнять броски и ловлю мяча с партнером разными спосо-бами? Цели: развивать координационные способности, гла-зомер и точность при выполнении упражнений с мя-чом в паре	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - технически правильно вы-полнять броски и ловлю мяча различными способами; - выполнять упражнение по образцу учи-теля и показу лучших учеников	Теку-щий	10.12	
41	Кроль на груди, на спине. Согласование работы ног, рук с дыханием способом кроль на спине	При-мене-ние знаний и уме-ний	1	Какие действия и команды выпол-няются при дыхании способом кроль на спине? <b>Цели:</b> закрепить навык в плавании кролем на спине.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития вы-носливости при плавании	Теку-щий	12.12	

42	Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему»	Комбинированный	1	Способы бросков мяча одной рукой. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска мяча одной рукой	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг)	Текущий	15.12	
43	Плавание способом кроль на спине в целом	Применение знаний и умений	1	Как выполнять линейные эстафеты в плавании? <b>Цели:</b> развивать выносливость и координацию во время эстафет	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - выявлять характерные ошибки в технике выполнения упражнений кроля на спине		17.12	
44	Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных способностей в упражнениях с мячом у стены. Подвижная игра «Охотники и утки»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в стену в движении? Цели: учить выполнять броски мяча в стену в продвижении вдоль стены с ловлей отскокнвшего от стены мяча	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Текущий	19.12	



45	Плавание способом брасс. Техника работы ног, рук способом брасс	При-мене-ние знаний и умений	1	Как правильно работать ногами, руками при плавании брассом Цели: закрепить навык в плавании брассом	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять движения руками, ногами	Текущий	22.12	
46	Совершенствование броска и ловли мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты ведения мяча в движении. Подвижная игра «Мяч из круга»	Комбинированный	1	Как совершенствовать технику ведения мяча? Цели: закреплять навык ведения мяча на месте и в продвижении	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться;	Научатся: - выполнять ведение мяча различными способами	Текущий	24.12	
47	Плавание способом брасс. Согласование работы ног, рук с дыханием способом брасс Согласование работы ног, рук с дыханием способом брасс	При-мене-ние знаний и умений	1	Развитие выносливости. Цели: учить выполнять дыхание при способе брасс	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии " <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения для развития выносливости, правильно дышать.	Текущий	26.12	

48	Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу»	Применение знаний и умений	1	Как выполнять броски мяча в корзину способом «снизу» после ведения? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен ку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника-	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения; - добиваться достижения конечного результата	Текущий	29.12	
49	Плавание способом брасс в целом	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какой интервал соблюдается при очередном старте в плавании? Цели: учить проплыванию дистанции 15-25м	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять двигательные действия плавательной подготовки, использовать их в соревновательной деятельности	Текущий	12.01	
50	Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне»	Комбинированный	1	Какие бывают способы выполнения бросков мяча в корзину? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные;</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо	Текущий	14.01	

51	Прыжки в воду. Ногами вводу. Нырание в воду. Стартовый прыжок.	При-мене-ние знаний и уме-ний	1	Какое положение выполнить чтобы правильно войти в воду. Цели: учить правильно входить в воду, играть игры в воде.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		Теку-щий Теку-щий	16.01	
52	Обучение упраж-нениям с бас-кетбольным мя-чом в парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах	Ком-бини-рован-ный	1	Как выполнять бро-сок мяча в корзину после ведения и ос-тановки в два шага? <b>Цели:</b> учить тех-нике выполнения бросков мяча в кольцо после ве-дения и приема мяча от партнера	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоана-лиз и самоконтроль результата	Научатся: - технически правильно выполнять бро ски мяча в коль-цо разными способами; - организовы-вать и прово-дить подвиж-ные игры -	Теку-щий	19.01	
53	Эстафетное плавание разными способами	Ком-бини-рован-ный		Как самостоятель-но заниматься в свободное время плаванием и играми на воде? Цели: учить орга-низовывать само-стоятельную дея-тельность на уроках плавания	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		Теку-щий	21.01	

54	Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком. Подвижная игра «Антивышибалы»	Комбинированный	1	Развитие координационных способностей. <b>Цели:</b> учить передвигаться приставными шагами левым боком с одновременным ведением мяча	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	<b>Научатся:</b> - выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком	Текущий	23.01	
55	Эстафетное плавание разными способами	Комбинированный	1	Как самостоятельно заниматься в свободное время плаванием и играми на воде? <b>Цели:</b> учить организовывать самостоятельную деятельность на уроках плавания	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - организовывать игровую деятельность с учетом требований ее безопасности	Текущий	26.01	
56	Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами»	Комбинированный	1	Каким способом выполнять бросок набивного мяча на дальность? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> 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. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять броски набивного мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками		28.01	

57	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Обучение игре «Вышибалы двумя мячами»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какова этапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы	Контроль двигательных качеств (броски набивного мяча)	30.01	
58	Совершенствова-ние ведения мяча и броска мяча в корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину	Комбинированный	1	Как определить расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага после ведения и последующего броска мяча? <b>Цели:</b> закрепить навык броска мяча в корзину после ведения и остано-	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	<b>Научатся:</b> - самостоятельно определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском	Текущий	02.02	
59	Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча	Комбинированный	1	Какие действия предпринять при обводке противника? <b>Цели:</b> учить ведению мяча с изменением направления с обводкой партнера и в эстафетах	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	<b>Научатся:</b> - выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах	Текущий	04.02	

60	Совершенство-вание ведения мяча с остано-вкой в два шага. Обучение пово-ротам с мячом на месте и пе-редача мяча партнеру. Разучивание игры «Попади в кольцо»	Изуче-ние нового мате-риала		Правила взаимо-действия в игре с элементами бас-кетбола. Цели: учить веде-нию мяча, оста-новке в два шага, поворотам с мячом на месте и после-дующей передаче мяча партнеру	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце-нивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: — техниче-ски правильно выполнять упражнения с элементами баскетбола; - соблюдать правила взаи-модействия с игроками	Теку-щий	06.02	
61	Совершенство-вание ведения мяча с измене-нием направле-ния. Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»	Ком-бини-рованный	1	Способы ведения мяча. Цели: закреплять навык ведения мя-ча с изменением направления	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце-нивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и ко-ординации	Теку-щий	09.02	
62	Ознакомление с правилами спортивных игр: футбола, волейбола, бас-кетбола. Совершенство-вание ведения мяча с после-дующей пере-дачей партнеру. Разучивание новых эстафет с ведением и пе-редачей мяча	Изуче-ние нового мате-риала	1	Разновидности спортивных игр с мячом. Цели: учить раз-личать правила спортивных игр с мячом: футбола, волейбола, баскет-бола; закреплять навыки ведения мяча с последу-ющей передачей партнеру	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-пользуют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партне-ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас-пределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об-щие интересы	Научатся: - давать харак-теристику, объ-яснять правила спортивных игр с мячом; - соблюдать правила пове-дения и преду-преждения травматизма во время заня-тий физически-ми упражне-ниями	Теку-щий	11.02	

63	Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки»	Комбинированный	1	Как избежать травмы на уроке физкультуры? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения бросков и ловли волейбольного мяча разными способами	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	Текущий	13.02	
64	Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»	Комбинированный	1	Каким способом легче перекинуть мяч через сетку? <b>Цели:</b> закреплять выполнение бросков мяча через сетку, ловлю высоко летящего мяча	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку-организовывать и проводить подвижные игры;	Текущий	16.02	
65	Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо»	Изучение нового материала	1	Правила игры в пионербол. <b>Цели:</b> учить броскам мяча через сетку	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудо-	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи	Текущий	18.02	

66	Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в пионербол	Комбинированный		<p>Что означает команда «переход»?</p> <p><b>Цели:</b> развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом</p>	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы;</li> <li>- перемещаться по площадке по команде «переход»</li> </ul>	Текущий	20.02	
67	Обучение подаче мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол	Комбинированный	1	<p>Как ведется счет в пионерболе?</p> <p><b>Цели:</b> совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудо-</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку-</li> <li>организовывать и проводить подвижные игры;</li> </ul>	Текущий	25.02	
68	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол	Комбинированный	1	<p>Сколько передач выполняется в своей зоне?</p> <p><b>Цели:</b> учить распределять роли игроков в командной игре</p>	<p><b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудо-</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить подвижные игры в помещении;</li> <li>- соблюдать правила взаимодействия с игроками</li> </ul>	Текущий	27.02	



69	Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол	Комбинированный	1	Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в пионербол? <b>Цели:</b> развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить подвижные игры; — выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Текущий	02.03	
70	Правила безопасного поведения на уроках с элементами футбола. Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой линии и по дуге	Комбинированный	1	Для чего устанавливаются правила игры? <b>Цели:</b> закреплять навык ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги	<b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять ведение мяча ногами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	Текущий	04.03	
71	Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей»	Комбинированный	1	Распределение ролей игроков в командной игре. <b>Цели:</b> закреплять навык ведения мяча ногами различными способами	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	<b>Научатся:</b> - добиваться достижения конечного результата; — организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	06.03	

72	Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками. Разучивание игры «Слалом с мячом»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения при игре в футбол. <b>Цели:</b> развивать координационные способности ведением мяча ногой между стойками	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами футбола; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	Текущий	09.03	
73	Совершенствование остановки катящегося мяча внутренней частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»	Комбинированный	1	За что назначается штрафной удар (пенальти) в игре в футбол? <b>Цели:</b> совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата	Текущий	11.03	
74	Обучение передаче и приему мяча ногой в паре на месте и в движении. Разучивание игры «Жонглируем ногой»	Комбинированный	1	Как выполнять жонглирование мячом? <b>Цели:</b> развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Научатся: - технически правильно выполнять жонглирование ногой; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий	13.03	

75	Совершенствование броска малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол	Комбинированный	1	Как попасть в цель? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в броске мяча в цель	Текущий	16.03	
76	Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Броски мяча в горизонтальную цель. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - технически правильно выполнять броски малого мяча в горизонтальную цель	Контроль двигательных качеств (бросок малого мяча в цель)	18.03	
77	Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическом бревне. Совершенствование кувырков вперед и назад. Подвижная игра «Ноги на весу»	Изучение нового материала	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастических снарядах. Цели: учить упражнениям на гимнастическом бревне; развивать внимание, ловкость, координацию	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	Текущий	20.03	

78	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой.80-100 см на носках, приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры Подвижная игра «Заморозки».	Комбинированный	1	Как правильно перемещаться по бревну? Цели: учить ходить по гимнастическому бревну; закреплять навык выполнения различных стоек	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять ходьбу по гимнастическому бревну различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физически-	Текущий	01.04	
79	Развитие внимания, мышления, координационных качеств в упражнениях с гимнастическими палками. Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическими палками	Комбинированный	1	Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическими палками. Цели: закреплять навык выполнения общеразвивающих упражнений в группе	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения для развития координации движений в различных ситуациях	Текущий	03.04	
80	Обучение упражнениям на гимнастическом бревне: приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях. Разучивание комбинации упражнений с акробатическими элементами.	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на гимнастическом бревне. <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения для развития равновесия, координации и добиваться правильного выполнения	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения на бревне (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях)	Текущий	06.04	

81	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см: повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком. Совершенствование упражнений акробатики. Игра с мячами «Передал - садись»	Комбинированный	1	Как выполнять повороты на бревне? Цели: учить выполнять повороты на гимнастическом бревне различными способами; закреплять навык выполнения стойки на руках у стены со страховкой партнера	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	Текущий	08.04	
82	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие координации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Пустое место»	Комбинированный	1	Правила безопасного выполнения лазанья по канату. Цели: развивать внимание, силу, ловкость при выполнении лазанья по канату	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	10.04	

83	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Коньки-горбунки»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения прыжка с места	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	13.04	
84	Обучение упражнениям с гимнастическим козлом. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастического козла	Изучение нового материала	1	Какие упражнения выполняются с гимнастическим козлом? <b>Цели:</b> развивать силовые качества и координацию движений в упражнениях с гимнастическим козлом	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки	Текущий	15.04	
85	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Подвижная игра «Коньки-горбунки»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения подтягивания на перекладине	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять подтягивание на перекладине; - добиваться достижения конечного результата	Контроль двигательных качеств (подтягивания на перекладине)	17.04	

86	Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Ладочки», «Погончики», «Насос», «Кошка». Совершенствование упражнений акробатики. Подвижная игра «Волк и зайцы»	Изучение нового материала	1	Значение дыхательных упражнений для укрепления здоровья. <b>Цели:</b> развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений акробатики	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой	Текущий	20.04	
87	Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Обними плечи», «Большой маятник», «Перекаты», «Шаги». Развитие силы в упражнениях с гантелями. Разучивание игр	Изучение нового материала	1	Как правильно дышать? <b>Цели:</b> развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений с гантелями различными способами	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	<b>Научатся:</b> - соблюдать ритм при выполнении дыхательных упражнений; - организовывать и проводить подвижные игры	Текущий	22.04	

88	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»- Обучение гимнастике для глаз. Разучивание игровых действий эстафет с акробатическими упражнениями.	Проверка и коррекция знаний и умений Комбинированный	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? <b>Цели:</b> закреплять навык выполнения наклона вперед из положения стоя учить выполнять гимнастику для глаз; выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития гибкости различными способами самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках	Контроль двигательных качеств в (наклон вперед из положения стоя)	24.04	
89	Совершенствование дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Разучивание игры «Увертайся от мяча»	Комбинированный	1	Техника выполнения упражнений дыхательной гимнастики. Какие качества развиваются при выполнении подъема туловища из положения лежа? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения дыхательной гимнастики; правильно выполнять поднимание туловища из положения лежа на время	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики; - организовать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (подъем туловища из положения лежа)	27.04	



90	Объяснение правил безопасности на спортивной площадке. Развитие выносливости в ходьбе, беге, прыжках, играх. Подвижная игра «Салки-догонялки»	Комбинированный	1	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. Цели: закреплять навыки выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Текущий	29.04	
91	Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	Комбинированный	1	При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? Цели: совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об-	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорением	Текущий	04.05	
92	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?»	Комбинированный	1	Как выполняется прыжок в длину с разбега? Цели: закрепить навык прыжка в длину с разбега	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления	Текущий	06.05	

93	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как развивать прыгучесть и координацию в беге с низкими барьерами? Цели: совершенствовать технику челночного бега, развивать скоростно-силовые качества в прыжках через барьеры	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Научатся: - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления	Контроль двигательных качеств (челночный бег)	08.05	
94	Развитие скоростных качеств в беге на 30 м с высокого и низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	Комбинированный	1	Какова техника финиширования в беге? Цели: закрепить навык выполнения бега на короткую дистанцию, развивать скоростные качества в беге с препятствиями	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями	Текущий	11.05	
95	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке	Проверка и коррекция знаний и умений		Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: закрепить навык бега в равномерном темпе и с ускорением	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность,	Научатся: - выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования	Контроль двигательных качеств (бег на 30 м)	13.05	

96	Медленный бег до 1000 м. Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости	Комбинированный		<p>Как распределять силы при длительном беге?</p> <p><b>Цели:</b> учить правильной постановке рук и ног при метаниях</p>	<p><i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м;</li> <li>- выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног</li> </ul>	Текущий	15.05	
97	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. Подвижная игра «За мячом противника»	Проверка и коррекция знаний и умений		<p>Каковы правила выполнения метания?</p> <p><b>Цели:</b> учить выполнять игровые действия и упражнения подвижных игр разной функциональной направленности</p>	<p><i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать подвижные игры;</li> <li>- соблюдать правила взаимодействия с игроками</li> </ul>	Контроль двигательных качеств	18.05	
98	Медленный бег до 1000 м. Контроль пульса. Подвижная игра «Горячая картошка»	Комбинированный		<p>Как проводится подсчет пульса?</p> <p><b>Цели:</b> учить выполнять подсчет пульса до занятий, после нагрузки, после восстановления</p>	<p><i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки</li> </ul>	Текущий	20.05	

99	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м. Игра в пионер-бол	Проверка и коррекция знаний и умений	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Контроль двигательных качеств (бег на 1000 м)	22.05	
100	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионер-бол	Комбинированный	Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? Цели: учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге; совершенствовать навык броска и ловли мяча	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	Текущий	25.05	
101	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Вызов номеров» Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы.	Проверка и коррекция знаний и умений	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения прыжка с прямого разбега	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять прыжок с разбега; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину)	27.05	

102	Разучивание игровых действий эстафет (бег, прыжки, метания) Подведение итогов учебного года	Про-верка и кор-рекция знаний и уме-ний При-мене-ние знаний и уме-ний	<p>Как использовать полученные в процессе обучения навыки?</p> <p>Развитие координационных способностей в эстафетах.</p> <p><b>Цели:</b> выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств</p>	<p><b>Познавательные:</b> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правильно передавать эстафету в различных ситуациях</li> <li>называть игры и формулировать их правила;</li> <li>- организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице</li> </ul>	Контроль двигательных качеств (броски набивного мяча)	29.05	
-----	--	--	---	--	--	---	-------	--