

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной образовательной программы, «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2016г.).

Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используются учебники: Лях В.И. Физическая культура. 1 – 4 кл.: учебник для образовательных учреждений. М.: Просвещение, 2016г.

Место курса в учебном плане

Курс «Физическая культура» изучается из расчёта 3 ч в неделю, во 2 классе — 102 ч Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Общая характеристика предмета

Физическая культура-- это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения—физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутки зарядки и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры во второй половине дня), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.)—достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

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

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

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

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

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

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

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

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

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе **расширения межпредметных связей** из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

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

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

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

- требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

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

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (2 класс)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	2	3
1	Базовая часть	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков
1.2.	Подвижные игры	18
1.3.	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4.	Легкоатлетические упражнения	21

1.5.	Кроссовая подготовка	21
2	Вариативная часть	24
2.1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	24
	Итого	102

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

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

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
 - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
 - определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
 - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
 - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

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

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

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

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

Планируемые результаты:

Знать и иметь представление:

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

Уметь;

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

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

2.

2.1.Естественные основы.

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой **Социально-психологические основы.**

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

2.2.Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

2.3.Подвижные игры.

Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

2.4.Гимнастика с элементами акробатики.

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

2.5.Легкоатлетические упражнения.

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

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

Демонстрировать.

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

Двигательные умения, навыки и способности:

В циклических и ациклических локомоциях: правильно выполнять движения в ходьбе, беге, прыжках; с максимальной скоростью бегать до 60 м. по дорожке стадиона, другой ровной открытой местности; бегать в равномерном темпе до 10 минут; стартовать из различных исходных положений; отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов; преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий; прыгать в высоту с прямого и бокового разбега с 7-9 шагов; прыгать с поворотом на 180-360°.

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

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

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

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

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

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

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

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочётов, влияющих на снижение оценки. Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушения ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки—это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого. К значительным ошибкам относятся:

- старт из не требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки—это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки).

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной не выполнения является наличие грубых ошибок.

В 1-4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

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

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

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

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

Учебно—практическое и учебно—лабораторное оборудование:

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

- мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные;
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- стол теннисный;

Пришкольная площадка:

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 класс

№ п/п	Тема урока (элементы содержания)	Тип урока	Решаемые проблемы(цели)	Планируемые результаты			Личностные результаты	Вид контроля	дата
				Понятия (требование к уровню подготовки обучающихся)	Предметные результаты	Универсальные действия (УУД)			
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
Лёгкая атлетика (11ч.)									
1.	Ходьба и бег (5ч) Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (20м). Инструктаж по ТБ.	вводный	Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цели: познакомить с содержанием и организацией уроков физической культуры, с правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; учить разновидностям ходьбы;	Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики.	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс УТГ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м.	Познавательные: понимание и принятие цели.включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Задавать вопросы;	проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалуОриентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий.	Текущий	
2.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам.	Изучение нового	Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть	строй, шеренга, колонна Уметь	Научатся: - самостоятел	Познавательные: понимание и принятие цели. Сформулированной	проявление особого интереса к	Текущий	

	Бег с ускорением (30м). игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	го материала	спортивная форма? Цели: развивать умение выполнять команды, «Смирно!», «Равняйся!», построение в шеренгу, колонну по одному; -учить принимать положение «высокого старта».	:.правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью (до 60м)	ьно выполнять комплекс утренней гимнастики; Бегать на короткую дистанцию. - Технически правильно принимать положение высокого старта	педагогом; Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов.		
3.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30м). Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексной	Как выполняется построение в колонну? Цели: закрепить навык построения в шеренгу, колонну; повторить положение высокого старта; бег на 30 м.	Уметь: .правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью (до 60м)	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы;- разминаться, применяя специальные беговые упражнения; Бегать на короткую дистанцию	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата	Текущий	
4.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30м). Игра «Пустое место». ОРУ.	Комплексной	Что такое челночный бег? Корректировка техники челночного бега .Как выполнять поворот в челночном беге? Цели: учить правильной технике бега; бегу с изменением	челночный бег Уметь: .правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

	Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.		направления движения; положению «высокого старта».	(до 60м)	дыханием; - технически правильно выполнять поворот в челночном беге.	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
5.	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (60м). ОРУ. Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? Корректировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения; – развивать скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию.	Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м)	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения; Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением - выполнять бег с высокого старта.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
6.	Прыжки (3 ч). Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных	Изучение нового материала	Как прыгать вверх и в длину с места? Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжков в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения;- технике движения рук и ног в прыжках; выполнять упражнения по образцу учителя и	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимают оценку учителя.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и	Текущий	

	способностей.				показулучших учеников	Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	взрослыми		
7.	Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.	Комплексный	Жизненно важные способы передвижения человека? Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; выполнять упражнение по образцу учителя и показулучших учеников	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
8.	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комбинированный	Правила выполнения прыжков в длину. Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с разбега, соблюдая правила безопасности во время приземления	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

9.	<p>Метание (3 ч).</p> <p>Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2м) с расстояния 4 – 5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления».</p>	Изучение нового материала	<p>Каковы правила выполнения метания мяча?</p> <p>Цели: учить правильной технике метания.</p>	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений</p>	<p>Научатся:</p> <p>-выполнять легкоатлетические упражнения (метания);</p> <p>-технически правильно держать корпус, ноги и руки в метаниях.</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
10.	<p>Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2м) с расстояния 4 – 5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления» Развитие скоростно-силовых способностей</p>	Комбинированный	<p>Как правильно поставить руку при метании?</p> <p>Цели: учить правильной постановке руки при метании мяча в цель и метании на дальность</p>	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять легкоатлетические упражнения (метание мяча с правильной постановкой руки);- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	

11.	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2х2м) с расстояния 4 – 5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Комбинированный	Как правильно поставить руку при метании? Цели: учить правильной постановке руки приметания мяча в цель и метании на дальность	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Научатся: -технически правильно выполнять метание предмета; -соблюдать правила безопасности во время метания.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
-----	---	-----------------	--	---	---	--	--	---------	--

Кроссовая подготовка (14ч)

12.	Бег по пересеченной местности (14ч) Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Комплексный	Каковы правила развития выносливости? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
13.	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м).	Комплексный	Как правильно стартовать и финишировать в беге? Цели: развивать выносливость во	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем;	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю	Текущий	

	Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»		время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге;	травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		
14.	. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний»	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
15.	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
16.	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега	Комплексный	«Здоровье» что это такое? Цели: развивать выносливость во	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин);	Научатся: - выполнять легкоатлетиче-	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Текущий	

	(бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»		время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	ские упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
17.	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место»	Комплексный	Что такое выносливость? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
18.	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости.	Комплексный	Какими способами можно развивать выносливость? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; - соблюдать правила взаимодействия	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения оценки учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять	Текущий	

	Игра «Салки с выручкой»		подвижных игр.		модействияс игроками	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
19.	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Комплексный	Какими способами развивают выносливость? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
20.	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Комплексный	Развитие выносливости. Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; - организовывать и проводить подвижные игры	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
21.	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий.	Комплексный	Способы развития выносливости. Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега - выполнять упражнения	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при	Текущий	

	ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»		подвижных игр.	ходьбе и беге	для развития выносливости.	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	общении со сверстниками и взрослыми		
22.	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «День и ночь»	Комплексный	Какие качества развиваются при длительном беге? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.учить правильному дыханию.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
23.	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «День и ночь»		Как стать выносливым? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр.учить правильному дыханию.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом;правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; -развивать выносливость различными способами и понимать значение этого качества для человека.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
24.	Равномерный бег	Комплексный	Как развивать	Уметь: бегать в	Научатся:	Познавательные: используют общие	проявляют	Теку-	

	(9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 70м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	ексны й	выносливость при преодолении препятствий? Цели: учить соблюдать правила безопасного поведения при преодолении препятствий, развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках, играх.	равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; -развивать выносливость различными способами и понимать значение этого качества для человека.	приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	дисциплинированность, трудолюбие и Текущий упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	щий	
25.	. Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег – 70м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Комплексны й	Как развивать выносливость при преодолении препятствий? Цели: учить соблюдать правила безопасного поведения при преодолении препятствий, развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках, играх.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге	Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега; -развивать выносливость различными способами и понимать значение этого качества для человека.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	

Гимнастика (18 ч)

26.	. Акробатика. Строевые упражнения (6ч) Размыкание и смыкание приставными шагами.	Изучение нового материала	Как вести себя в спортивном зале? Цели: закрепить навык выполнения перекатов; повторить технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках;	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять акробатически	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные:	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	
-----	--	---------------------------	--	---	---	---	--	---------	--

	<p>Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение».</p> <p>Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.</p>		<p>развивать координационные способности</p>		<p>е упражнения;</p>	<p>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.</p>			
27.	<p>Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение».</p> <p>Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов.</p>	<p>Совершенствования</p>	<p>Как технически грамотно выполнить кувырок вперед?</p> <p>Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперед; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять акробатические упражнения; - выполнять усложнённые варианты кувырка вперед; - организовывать и проводить подвижные игры 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Текущий</p>	

28.	Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Совершенствование	Как правильно выполнять стойку на руках, на голове у опоры и без неё? Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, организовывать и проводить подвижные игры	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
29.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекаат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных	Совершенствование	Что общего при выполнении различного вида стоек? Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; учить стойке на руках и на голове	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

	способностей		со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.		вперёд, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организ овывать и проводить подвижные игры				
30.	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Совершенствован	Акробатические упражнения в различных сочетаниях. Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперед; повторить технику выполнения стойки на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и проводить подвижные игры- соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	

31.	. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей	Комплексный	<p>Какие существуют строевые команды? Правила безопасного поведения в разминке</p> <p>Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперед; повторить технику выполнения стойки на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя.</p>	Уметь: выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперед, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и проводить подвижные игры - 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
32.	Висы. Строевые упражнения (6 ч). Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с	Изучение нового материала	<p>Развитие координации. Как правильно выполнять вис на гимнастической стенке?</p> <p>Цели: учить выполнять вис стоя и лежа на гимнастической стенке и</p>	Уметь: выполнять висы, подтягивание в виси	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять вис стоя и лёжа; - оценивать дистанцию и интервал в строю; выполнять упражнения с гимнастическо 	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями;</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата.	Текущий	

	гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.		перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса.		й палкой. -				
33.	. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей.	Совершенствования	Развитие координации. Как правильно выполнять вис на перекладине? Цели: учить выполнять вис стоя и лёжа на гимнастической стенке и перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса.	Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе	Научатся: -выполнять вис стоя и лёжа; - оценивать дистанцию и интервал в строю; выполнять упражнения с гимнастической палкой. -выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
34.	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей.	Совершенствования	Какие существуют упражнения для развития силы? Цели: развивать силовые способности; повторить технику выполнения виса стоя и лёжа.	Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе	Научатся: -выполнять вис стоя и лёжа; -оценивать дистанцию и интервал в строю; -выполнять упражнения с гимнастической палкой. - выполнять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

					упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	взаимодействии.			
35.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей.	Совершенствования	Какие правила безопасного поведения необходимо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; учить правильному положению при выполнении вися на согнутых руках.	Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе	Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
36.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание		Какие качества развиваются при подтягивании на перекладине? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; учить выполнять прямой	Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе	Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; осуществляют поиск необходимой информации. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют	Текущий	

	согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей.		хват при подтягивании; выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; развивать силу.		пресса; выполнять технически правильно прямой хват; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. -	реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
37.	Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей.	Комплексный	Правила проведения разминки с предметами. Какие существуют строевые команды? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; учить выполнять прямой хват при подтягивании; учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться чёткого и правильного выполнения. выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; развивать силу.	Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе	Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; оценивать дистанцию и интервал строю; выполнять технически правильно прямой хват; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Текущий	

38.	<p>Опорный прыжок, лазание (6ч)</p> <p>ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей</p>	Изучение нового материала	<p>Какие бывают способы лазания по гимнастической стенке? Как совершенствоваться лазанье по канату?</p> <p>Цели:учить лазанию по наклонной скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн.скамейке; совершенствоваться перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.</p>	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; выполнять различные виды перелезаний; - соблюдать правила безопасности 	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Текущий	
39.	<p>ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей.</p>	Совершенствование	<p>Каковы правила выполнения лазанья?</p> <p>Цели: учить лазанию по гимнастической стенке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн.скамейке; совершенствоваться перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.</p>	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

40.	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей.	Комплексной	<p>Как лазать и перелезать через гимнастические снаряды?</p> <p>Цели: учить лазанию по гимнастической скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн.скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.</p>	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок.</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; 	<p>Познавательные: понимать и принимать цели, сформулированные учителем;</p> <p>Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Текущий	
41.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим.скамейке. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Кто приходил». Развитие	Комплексной	<p>Организационные приёмы лазанья по гимнастической стенке.</p> <p>Цели: закрепить технику лазанья по гимнастической скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн.скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; закреплять навык лазанья по канату.</p>	<p>Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; 	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

	координационных способностей.								
42.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим. скамейке. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационных способностей.	комплексной	Как безопасно перемещаться по гимнастическим стенкам? Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании через гимнастические снаряды;	Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
43.	Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим. скамейке. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой	Совершенствования	Первая помощь при травмах. Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании через гимнастические снаряды; учить какую первую помощь можно оказать при мелких	Уметь: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Слушай сигнал». Развитие координационн ых способностей.		травмах.		упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;	деятельности.			
---	--	----------	--	---	---------------	--	--	--

Подвижные игры (18 ч)

44	Подвижные игры (18 ч) ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей.	Компл ексны й	Развитие скоростно- силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием..	Научатся: - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры; -бережно обращаться с инвентарём и оборудованием .	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинирова нность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Теку- щий
45.	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие	Совер шенст вован ия	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: формировать знания о видах	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры со	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	проявляют дисциплинирова нность, трудо- любие и упорство в достижении	Теку- щий

	скоростно-силовых способностей.		спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.		сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности– - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием .	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	поставленных целей		
46.	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Правила взаимодействия в игре . Цели: учить выполнять командные действия в эстафете; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
47.	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексный	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			правила безопасности.		.				
48.	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	<p>Правила взаимодействия в игре.</p> <p>Цели:учить выполнять командные действия в эстафете;</p> <p>развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.</p>	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать характеристику спортивных игр с мячом; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
49.	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	<p>Разновидности спортивных игр с мячом.</p> <p>Цели: учить выполнять командные действия в эстафете;</p> <p>развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.</p>	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - давать характеристику спортивных игр с мячом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями 	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
50.	ОРУ. Игры	Совер	Развитие скоростно-	Уметь:	Научатся:	Познавательные: используют общие	проявляют	Теку-	

	«Прыжки по полоскам», «попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	шенствования	силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах	приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	щий	
51.	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Научатся: - взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
52.	ОРУ. Игры «Вереочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

			правила безопасности.		в эстафетах.	решению в совместной деятельности.			
53.	ОРУ. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря? Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
54.	ОРУ. Игры «Западня», «Конники - спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Как проводятся весёлые старты? Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
55.	ОРУ. Игры «Западня», «Конники - спортсмены». Эстафеты.	Совершенствования	Как проводятся весёлые старты? Цели: закреплять умения и навыков	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	Научатся: взаимодействовать со сверстниками	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые	проявляют положительные качества личности и управляют	Текущий	

	Развитие скоростно-силовых способностей.		правильного выполнения движения; выполнять командные действия в эстафете и играх.	метанием.	в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
56.	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексный	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
57.	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствование	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

			безопасности.						
58.	ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Как проводятся весёлые старты? Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
59.	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Комплексной	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
60.	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		

			соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.		нагрузку во время участия в эстафетах. -проводить подвижные игры;	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
61.	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Совершенствования	Развитие скоростно-силовых способностей. Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности.	Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Научатся: взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах. -проводить подвижные игры;	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)

62.	<p>Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)</p> <p>Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей.</p>	Изучение нового материала	<p>Как взаимодействовать с партнёром при выполнении бросков и ловли мяча в парах?</p> <p>Цели: закреплять выполнение бросков и ловлю мяча;</p> <p>-учить взаимодействовать с партнёром во время броска и правильной ловли мяча;</p>	<p>Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;</p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять броски и ловлю мяча в парах; организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
63.	<p>Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей</p>	Комплексный	<p>Как правильно ловить мяч после броска партнёра?</p> <p>Цели: закреплять выполнение бросков и ловлю мяча;</p> <p>-учить взаимодействовать с партнёром во время броска и правильной ловли мяча.</p>	<p>Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;</p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять броски и ловлю мяча в парах;</p> <p>-соблюдать правила взаимодействия с партнёром;</p> <p>организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
64.	<p>Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>).</p>	Комплексный	<p>Передача мяча</p> <p>Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при</p>	<p>Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение,</i></p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять передачу мяча</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее</p>	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Текущий	

	ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей		выполнении упражнений с мячом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча; -учить технике выполнения передачи мяча снизу на месте; разучить игру «Попади обруч».	броски) в процессе подвижных игр;	разными способами; броски и ловлю мяча в парах; - соблюдать правила взаимодействия с игроками. -	реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	поставленных целей		
65.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей	Комплексный	Как ведется счет в баскетболе? Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча; учить технике выполнения передачи мяча снизу на месте;	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	Научатся: - технически правильно выполнять передачу мяча разными способами; - выполнять броски и ловлю мяча в парах; - соблюдать правила взаимодействия с игроками. организовывать и проводить подвижные игры	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
66.	Ловля и передача мяча в движении.	Комплексный	Способы выполнения бросков	Уметь: владеть мячом (<i>держат, пере-</i>	Научатся: - организовы-	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.	проявляют дисциплинированность, трудо-	Текущий	

	Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей		мяча. Цели: учить распределять роли игроков в командной игре; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами;	давать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр;	вать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	любие и упорство в достижении поставленных целей		
67.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей	Комплексный	Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в баскетбол? Цели: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений с мячом; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами;	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр;</i>	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры;технически правильно выполнять упражнения; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
68.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>мишень</i>). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие	Комплексный	Для чего устанавливаются правила игры? Цели: учить правильной технике выполнения бросков мяча в кольцо; -учить ведению мяча	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр;</i>	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения; - соблюдать правила поведения и предупреждения	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

	координационн ых способностей		на месте; - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами;		травматизма во время занятий упражнениями с мячом	Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
69.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>цит</i>). ОРУ. Игра «Мяч среднему». Развитие координационн ых способностей.	Компл ексны й	Способы выполнения бросков мяча в корзину. Цели: закрепить навык выполнения бросков мяча в кольцо; - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами; -передачу мяча разными способами; -разучивание игры мини-баскетбола.	Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	Научатся: - выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - взаимодействовать со сверстниками по правилам игры; - организовывать и проводить подвижные игры	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
70.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>цит</i>). ОРУ. Игра «Мяч среднему». Развитие координационн ых способностей.	Компл ексны й	Правила безопасного поведения при игре в баскетбол. Цели: развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; - учить быстрому	Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

			движению при броске мяча;		во время занятий упражнениями с мячом	совместной деятельности.			
71.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель (<i>цит</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Комплексный	За что назначается штрафной бросок? Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности при выполнении передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
72.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Броски в цель (<i>кольцо</i>). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей.	Комплексный	Как бросать мяч в корзину? Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу»; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражне-	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

					<p>ниями с мячом</p> <p>- соблюдать правила взаимодействия игроками</p>				
73.	<p>Ловля и передача мяча в движении.</p> <p>Введение на месте правой (левой) рукой.</p> <p>Броски в цель (кольцо). ОРУ.</p> <p>Игра «Мяч соседу».</p> <p>Развитие координационных способностей.</p>	Комплексный	<p>Как выполнять броски одной рукой?</p> <p>Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; учить бросать мяч одной рукой и попадать в цель;</p> <p>-играть в мини-баскетбол.</p>	<p>Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;</p>	<p>- технически правильно выполнять бросок мяча;</p> <p>- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом;</p> <p>- соблюдать правила взаимодействия игроками.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	Текущий	
74.	<p>Ловля и передача мяча в движении.</p> <p>Введение на месте правой (левой) рукой.</p> <p>Броски в цель (кольцо). ОРУ.</p> <p>Игра «Передача мяча в колоннах».</p> <p>Эстафеты. Игра в мини-баскетбол.</p> <p>Развитие координационных</p>	Комплексный	<p>Ведение мяча.</p> <p>Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер, точность при выполнении упражнений с мячом;</p> <p>-учить выполнять ведение мяча на месте и в движении, контролировать своё эмоциональное состояние во время игры.</p>	<p>Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;.</p>	<p>Научатся:</p> <p>- творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата;</p> <p>- выполнять ведение мяча на месте и в движении.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	Текущий	

	способностей.								
75.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комплексный	какие бывают игры с мячом? Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности в выполнении ведения, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр;	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия игроками	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
76.	. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Комплексный	Как развивать выносливость, ловкость и координацию? Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности в выполнении ведения, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

			баскетбола; -играть в мини-баскетбол.		правила взаимодействия игроков				
77.	Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	Комплексный	Правила выполнения упражнений в парах. Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; -учить правильно ставить руки при ловле мяча; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия игроков	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
78.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие	Комплексный	Как правильно выполнять ведение мяча? Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности в выполнении ведения, передачи, бросков и ловлей	Уметь: владеть мячом (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время заня-	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентиру-	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	

	координационные способности		мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.		тий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия игроками	ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
79.	. Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комплексный	Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага? Цели: учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения, после приёма мяча от партнёра -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способарешения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	
80.	. Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол. Развитие	Комплексный	Способы выполнения бросков мяча в корзину. Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведения, передачи,	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	

	координационн ых способностей.		бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини- баскетбол.		во время заня- тий упражне- ниями с мячом - соблюдать правила взаимодействи я с игроками				
81.	. Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационны х способностей.	Компл ексны й	Какие бывают способы выполнения бросков мяча в кольцо? Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху»; совершенствовать навыквзаимодействи я с партнеромв упражненияхс мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини- баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>пере- давать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини- баскетбол.	- Научатся: технически правильно вы- полнять броски мяча в кольцо разными способами; соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий упражне- ниями с мячом. Соблюдать правила взаимодействи я с игроками	Познавательные: используют общие приемы решенияпоставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентиру- ются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинирова нность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей	Теку- щий	
82.	. Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель	Компл ексны й	Как развивать ловкость? Цели: совершенствовать навыквзаимодействи я с партнеромв	Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> ь, <i>пере- давать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в	- Научатся: технически правильно вы- полнять упражнения с мячом с элементами	Познавательные: используют общие приемы решенияпоставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия;	проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Теку- щий	

	(кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.		упражнениях с мячом; развивать ловкость и координацию при выполнении ведения мяча. -играть в мини-баскетбол.	процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	баскетбола; -отбивать мяч от пола, передвигаться приставным шагом; -выполнять остановку прыжком. - соблюдать правила взаимодействия игроками	адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	целей		
83.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комплексный	Ведение мяча правой, левой рукой. Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности в ведении, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат</i> , <i>передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол.	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; -отбивать мяч от пола, передвигаться приставным шагом; -выполнять остановку прыжком. - соблюдать правила взаимодействия игроками	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
84.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на	Комплексный	Способы выполнения бросков мяча в корзину.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на</i>	- Научатся: технически правильно выполнять	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам,	Текущий	

	<p>месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.</p>		<p>Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях с мячом; развивать координационные способности в выполнении ведения, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.</p>	<p>расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол</p>	<p>упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия игроками</p>	<p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>		
--	---	--	--	---	---	--	--	--	--

85.	Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Комплексный	Правила игры в баскетбол. Цели: совершенствовать навыки взаимодействия с партнерами в упражнениях мячом; развивать координационные способности в выполнении ведения, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола; -играть в мини-баскетбол.	Уметь: владеть мячом (<i>держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски</i>) в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	- Научатся: технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами баскетбола; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом - соблюдать правила взаимодействия игроками	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
-----	---	-------------	---	--	---	---	---	---------	--

Кроссовая подготовка (7 ч)

86.	<p>Бег по пересечённой местности (7ч)</p> <p>Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний».</p>	Комплексный	<p>Что такое физические качества человека?</p> <p>Цели:развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой; -учить безопасному преодолению полосы препятствий.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)</p>	<p>Научатся: -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега; -- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Текущий	
87.	<p>Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний».</p>	Комплексный	<p>Как правильно дышать?</p> <p>Цели: развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; -развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, при преодолении полосы препятствий.</p>	<p>Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)</p>	<p>Научатся: - технически правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики; - проходить полосу препятствий.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле своих действий. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

88.	Равномерный бег (5-6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Комплексный	Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях? Цели: развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой; -развивать выносливость во время бега, при преодолении полосы препятствий, при проведении подвижных игр.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)	Научатся: - самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; - организовывать и проводить подвижные игры; -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега и при прохождении полосы препятствий.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
89.	Равномерный бег (5-6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50м, ходьба – 100м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки»	Комплексный	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. Цели: закреплять навык выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
90.	Равномерный бег (7-8мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых	Комплексный	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние; закреплять навык	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

	препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза»		выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами		во время бега .	контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
91.	Равномерный бег (7-8мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 60м, ходьба – 90м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза»	Комплексный	Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? Цели: учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге; -учить безопасному преодолению усложнённой полосы препятствий	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)	Научатся: - проходить усложнённую полосу препятствий; - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; -развивать выносливость различными способами.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	
92.	Равномерный бег (4мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 70м, ходьба – 80м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Вызов номеров».	Комплексный	Каковы правила развития выносливости? Цели: развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках, играх.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10мин); по слабопересечённой местности (до 1 км)	Научатся: - развивать выносливость различными способами и понимать значение этого качества для человека. - равномерно распределять свои силы чтобы пробежать 1000 м без остановки.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных Текущий нестандартных ситуациях	Текущий	

Лёгкая атлетика (10 ч)

93.	Ходьба и бег (4 ч) Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексной	Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях? Цели: учить выполнять челночный бег 3x10 м; - развивать скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию.	Знать: правила ТБ Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м)	Научатся: - самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; -выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега .	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
94.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексной	Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: совершенствовать технику низкого старта; учить бегу с ускорением.	Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м)	Научатся: - выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения; - равномерно распределять свои силы во время бега .	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
95.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих».	Комплексной	При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? Цели: совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать	Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы;	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных	Текущий	

	ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.		скоростные качества в беге с ускорением	60м)	распределять свои силы во время бега .	контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	нестандартных ситуациях		
96.	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексной	Что такое челночный бег? Корректировка техники бега. Цели: совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением	Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60м)	Научатся: - выполнять упражнения для развития скоростных качеств; -грамотно использовать технику высокого старта при выполнении бега; - выполнять бег на 60 метров,	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
97.	Прыжки (3ч) . Прыжок с поворотом на 180°. прыжок с места. ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексной	Как выполняется прыжок в длину с места? Цели: развивать прыгучесть в прыжках в длину с места, развивать ловкость и координацию в челночном беге. способами.	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - выполнять прыжок в длину с места, соблюдая правила безопасного приземления -выполнять технически правильно челночный бег.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
98.	Прыжок в длину с разбега в 3-5	Комплексной	Как выполнять прыжок в длину с	Уметь: правильно	Научатся:	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют	проявляют положительные	Текущий	

	шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	й	разбега? Цели: формировать умения выполнять прыжки, разными способами соблюдая правила безопасного приземления. -закрепить технику прыжка в длину с разбега.	выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	-технически правильно выполнять прыжки разными способами; - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления;	познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
99.	Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексный	Как выполняется прыжок в высоту? Цели: учить технике прыжка в высоту с прямого разбега;формировать умения выполнять прыжки, разными способами соблюдая правила безопасного приземления.	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: -выполнять прыжок в высоту с прямого разбега; -технически правильно выполнять прыжки разными способами соблюдая правила безопасного приземления;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Текущий	
100	Метание мяча (3ч). Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2х2м) с	Комплексный	Каковы правила метания мяча? Как правильно поставить руку при метании? Цели: учить правильной постановке руки при	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать	Научатся: -выполнять легкоатлетические упражнения (метание мяча с правильной	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Текущий	

	расстояния 4 – 5 метров. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростных и координационных способностей.		метании мяча в цель и на дальность.	различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель	постановкой руки) -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнения;	задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способщения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	целей		
101	Метание малого мяча в вертикальную цель (2x2м) с расстояния 4 – 5 метров. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростных и координационных способностей.	Комплексный	Каковы правила выполнения метания? Как правильно передать и принять эстафету? Цели: формировать навык выполнения метания предметов в цель и на дальность; метать предметы из разных положений; выполнять командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала.	Уметь: Правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	Научатся: -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнения; - правильно передавать эстафету в различных ситуациях, соблюдать требования техники безопасности при проведении эстафет.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способщения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Текущий	

102	<p>Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей.</p> <p>Подведение итогов учебного года.</p>	Комплексный	<p>Как использовать полученные в процессе обучения навыки?</p> <p>Цели: формировать навык выполнения метания предметов в цель и на дальность;</p> <ul style="list-style-type: none"> -метать предметы из разных положений; выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала; 	<p>Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнения; - правильно передавать эстафету в различных ситуациях; - организовывать и проводить подвижные игры 	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	Текущий	
-----	---	-------------	---	---	---	--	--	---------	--