

**Приложение к адаптированной
основной общеобразовательной программе
-адаптированной
образовательной программы
начального общего образования
МАОУ СОШ №92**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (вариант для детей с РАС), ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу «Школа России». Программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы ОУ, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура». Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников.

Программа рассчитана на 99 часов при трёхразовых занятиях в неделю для 1 класса.

В начале и в конце учебного года учащиеся сдают контрольные упражнения для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола. Тесты принимаются в виде зачётов на уроках и заносятся в классный журнал. Текущий учёт является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с РАС учитывает особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, особые образовательные потребности, обеспечивает комплексную коррекцию нарушения развития и социальную адаптацию. В основу стандарта для обучающихся с РАС положен системно – деятельностный и дифференцированный подход, осуществление которого предполагает обеспечивающего овладение ими содержанием образования и предметно-практической деятельности. В программе по физической культуре для обучающихся 1-го класса с нарушениями аутистического спектра учтены особенности состояния и

функциональных возможностей организма детей. Эти особенности диктуют распределение детей по физкультурным группам: основная (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку в соответствии с возрастом, сдающая тесты физической подготовки), подготовительная (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку с незначительными ограничениями, сдающая тесты физической нагрузки), специальная (категория детей по состоянию здоровья освобождается от физической нагрузки, осваивает учебный материал теоретически: доклад, конспект в тетради по физической культуре).

Общая характеристика учебного предмета

Цели и задачи курса

Целью обучения физической культуре является *формирование у учащихся основ здорового образа жизни.*

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных *задач*:

- Формирование первоначальных представлений о физической культуре.
- Владение ребёнком основными представлениями о собственном теле.
- Владение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.
- Развитие кинетической и кинестетической основы движений.
- Преодоление дефицитности психомоторной сферы.
- Развитие информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.
- Поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- Владение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе.

Структура курса

В предлагаемой программе учебные разделы выделены в соответствии с содержанием учебного материала "Знания о физической культуре", "Способы двигательной деятельности", "Физическое совершенствование".

Содержание раздела "Знания о физической культуре" отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел "Способы двигательной активности" содержит представления о структурной организации предметной деятельности, исполнении и контроле.

Содержание раздела "Физическое совершенствование" ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из базовых видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Подвижные и спортивные игры", "Лыжная подготовка". При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Допускается для бесснежных районов РФ заменять тему "Лыжная подготовка" на углубленное освоение содержания тем "Гимнастика" и "Подвижные игры".

В разделе "Общеразвивающие упражнения" предлагаются упражнения, которые распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

Планируемые результаты

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), выражающихся в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- Умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели (с помощью учителя);
- Умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками;
- Умение доносить информацию в доступной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности в различных ситуациях и условиях;
- Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение действовать по заданному алгоритму или образцу;
- самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога осуществлять и контролировать собственную учебную деятельность;
- умение оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами;
- умение адекватно реагировать на внешний контроль и оценку;
- умение выделять и объяснять причинно-следственные связи;
- умение активно использовать знаково-символические средства для представления информации, для создания моделей объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- владение навыками смыслового чтения;
- способность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, к применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;
- способность понимать информацию, получаемую из разных источников;
- способность представлять результаты исследования, включая составление текста и презентацию материалов с использованием информационных и коммуникационных технологий;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Физическое совершенствование

Гимнастика

Организирующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползание; танцевальные упражнения (стилизованная ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

Легкая атлетика

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

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

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

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

Лыжная подготовка

Организирующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.

Подъемы ступающим и скользящим шагом.

Торможение падением.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка

на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

Волейбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Предмет "Физическая культура" в учебном плане

Предмет "Физическая культура" изучается в 1 классе в объеме 99 ч.

3.	Физическое совершенствование						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2			1	1	1
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность						
4.1	Гимнастика	16		16			2
4.2	Легкая атлетика	27	16			11	4
4.3	Лыжная подготовка	17			17		1
4.4	Подвижные (спортивные) игры	9	9				
	• п/и разных народов	4		4			1
	• с основами сп/и волейбол	10			10		1
	• с основами сп/и футбол	8				8	1
	Итого:	99	27	21	30	21	

Планирование контрольных работ, 1 кл по ФК ФГОС с ОВЗ

№	Часы	Кол-во	1 класс (99ч)
----------	-------------	---------------	----------------------

п/п			контроль работ	I	II	III	IV
1	Знания о физической культуре	3	-	2	1		
2.	Способы физкультурной деятельности	3	-			2	1
3.	Физическое совершенствование						
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2	1			1	1(1к)
4.	Спортивно-оздоровительная деятельность						
4.1	Гимнастика	16	2		16 (2к)		
4.2	Легкая атлетика	27	4	16(2к)			11 (2к)
4.3	Лыжная подготовка	17	1			17 (1к)	
4.4	Подвижные (спортивные) игры	9	-	9			
	• п/и разных народов	4	1		4 (1к)		
	• с основами сп/и волейбол	10	1			10 (1к)	
	• с основами сп/и футбол	8	1				8 (1к)

	Итого:	99		27	21	30	21
--	---------------	-----------	--	-----------	-----------	-----------	-----------

				- выполнять комплексы утренней гимнастики	условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.		
2	Знание о ФК: <i>Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека.</i>	1	Физическая культура как система разнообразных занятий ФУ, закаливанием, подвижными и спортивными играми, туризмом. Связь занятий ФК со здоровьем, физическим развитием и физической подготовкой.	Научаться: Раскрывать понятие «физическая культура» Характеризовать основные формы занятий (утренняя зарядка, закаливание, уроки ФК, занятия в спортивных секциях, игры во время отдыха, тур.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	

				походы). Раскрывать положительное влияние занятий ФК на укрепление здоровья				
3	Обучение построению в шеренгу, в колонну. Обучение технике старт в беге. Разучивание игры «Ловишка»	1	Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся!», построение в шеренгу, колонну по одному; техника старта.	Научаться: -выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и	Личностные: ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение начальными навыками адаптации		

					взаимодействии.			
4	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Техника старта в беге 30 м. Разучивание игры «Салки с домом»	1	Повторить построение в шеренгу; учить построению в колонну; учить технике «высокого старта» в беге на 30 м	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять организующие строевые команды; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с «высокого старта» по команде 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Личностные:</p> <p>понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>		2-н

5	Техника челночного бега 3×10м Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	Учить технике бега; учить бегу с изменением направления движения	Научаться: -выполнять легкоатлетические упражнения (челночный бег); -технически правильно выполнять поворот в челночном беге	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы		
6	Обучение прыжкам в длину с места. Обучение	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в длину с	Научаться: -выполнять легкоатлетические	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу;	Личностные: ориентируются на принятие и освоение		

	<p>понятию «расчет по порядку».</p> <p>Контроль пульса.</p>		<p>места; соблюдать правила безопасности во время приземления.</p>	<p>упражнения;</p> <p>-технике движения рук и ног в прыжке в длину с места;</p> <p>-контролировать пульс</p>	<p>контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>социальной роли обучающегося.</p> <p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		
7	<p>Тесты общей физической подготовки: прыжок в длину с места, челночный бег 3×10м</p> <p>П/игра «Вызов</p>	1(к)	<p>Определить показатели физических качеств: скоростно-силовые способности и ловкость</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять легкоатлетические упражнения (старт, разбег, финиш);</p> <p>-технике движения рук и ног в прыжке</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в</p>	<p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p> <p>Развитие мотивов учебной</p>		3-н

	номера»			<p>в длину с места;</p> <p>-технику челночного бега;</p> <p>-контролировать пульс</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		
8	<p>Обучение прыжкам в высоту.</p> <p>Контроль пульса.</p> <p>П/игра: «Зайцы в огороде»</p>	1	<p>Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять легкоатлетические упражнения;</p> <p>-технике движения рук и ног в прыжке в высоту;</p> <p>-контролировать пульс</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность</p>	<p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		

					<p>выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p>		
9	Обучение прыжкам в высоту.	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять легкоатлетические упражнения;</p> <p>-технике движения рук и ног в прыжке в высоту;</p> <p>-контролировать пульс</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p> <p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	

					формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
10	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	Научаться: -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. 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,	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		4-н

					ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
11	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	Научаться: -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. 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	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					партнера в общении и взаимодействии.			
12	Техника метания в цель П/игра: «Салки с мячом»	1	ОРУ. Комплекс упражнений подготовительных упражнений на верхний плечевой пояс. Имитационные упражнения техники метания в цель. Проведение метательных упражнений в цель	Научаться: -выполнять комплекс упражнений разминки; -выполнять технику метательных упражнений в цель; -выполнять технику метания в цель на результат	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

					<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		
13	<p>Знание о ФК: история развития физической культуры и первых соревнований</p>	1	<p>Рассказать, как появилась физическая культура. Как проходили первые соревнования в др. Греции.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-отвечать на вопросы, как появился предмет физическая культура;</p> <p>-различать понятие «физическая культура»</p> <p>-принимать участие в вопросах олимпиады по ФК</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>	5-н

					формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
14	Бросок малого мяча	1	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»	Научаться: -выполнять комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; -проводить разминку на верхний плечевой пояс; -выполнять технику броска мяча на дальность; -организовать п/игру.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

15	Бросок малого мяча	1	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. П/игра «Попади в мяч» «Кто дальше бросит»	Научаться: -выполнять комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых качеств; -проводить разминку на верхний плечевой пояс; -выполнять технику броска мяча на дальность; -организовать п/игру.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
16	Бег по дистанции в парах. Правила	1	ОРУ. Развитие скоростных качеств. Учить технике старта,	Научаться: -выполнять бег в парах;	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют	Личностные: ориентируются на активное		б-н

	<p>старта и финиширования .</p> <p>Разучивание игры: «У ребят порядок строгий»</p>		<p>стартового разгона, финишированию.</p> <p>Правила бега в парах по дистанции.</p>	<p>-выполнять технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции;</p> <p>-организовывать и проводить игру со сверстниками</p>	<p>познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
17	<p>Техника встречной эстафеты</p>	1	<p>ОРУ. Спецбеговые упражнения разминки. Имитация техники перемещения встречной эстафеты; отработка техники</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять технику передачи эстафетной палочки;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся,</p>		

			<p>передачи эстафетной палочки.</p> <p>Эстафетный бег по командам.</p>	<p>-выполнять бег в парах;</p> <p>-выполнять технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции;</p>	<p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
18	Тесты общей физической подготовки: подтягивание на перекладине, наклон туловища вперед.	1(к)	<p>Определить показатели физических качеств: гибкость, силовые способности.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять технику подтягивания на перекладине;</p> <p>-выполнять технику наклона вперед из положения сед, ноги врозь;</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного</p>		

				-контролировать пульс	оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	смысла учения.		
Подвижные игры: 9 часов								
19	Техника безопасности на уроках подвижных игр (п/и). Разучивание русской народной игры: «Горелки»	1	Учить запоминать временные отрезки; учить выполнять игровые упражнения из п/игр разной функциональной направленности	Научаться: -организовывать и проводить народные подвижные игры; -взаимодействовать с игроками; -запоминать временные отрезки	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные:	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		7-н

					формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	целей		
20	Обучение перестроению в две шеренги. Обучение подъему туловища. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 30 сек.	1	Учить выполнять построения; учить правильно выполнять подъем туловища	Научаться: -выполнять подъем туловища за определенный промежуток времени; -выполнять организующие строевые команды и приемы	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

					совместной деятельности.			
21	Обучение упражнению «вис на гимнастической стенке на время» Разучивание игры «Совушка»	1	Учить выполнять прямой хват при выполнении вис; познакомиться с правилами подвижной игры «Совушка»	Научаться: -выполнять упражнения для развития силы; организовывать и проводить подвижные игры; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
22	Прыжки и их разновидность. Подвижная игра «Попрыгунчики	1	Учить способам прыжка на одной ноге, в длину, в высоту, с места;	Научаться: -выполнять строевые	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.	Личностные: проявляют дисциплинированность,		8-н

	»		Разучить правила игры «Попрыгунчики»	упражнения; -выполнять различные виды прыжков; -активно включаться в коллективную деятельность; -организовывать и проводить подвижную игру «Попрыгунчики»	Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
23	Утренняя зарядка и её значение для организма. Упражнения утренней зарядки	1	Раскрыть понятие утренней зарядки; раскрыть её положительные стороны влияния на организм; разучить упражнения утренней	Научаться: -раскрывать значение утренней зарядки, её положительной влияние на	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;		

			зарядки	<p>организм человека;</p> <p>-называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений;</p> <p>-называть упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки;</p> <p>-выполнять упражнения зарядки</p>	<p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
24	Режим дня школьника. Обучение способам	1	<p>Определить понятие режим дня;</p> <p>научить составлять план режима дня</p>	<p>Научаться:</p> <p>-использовать понятие «режим дня» в составлении</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и</p>		

	отжимания от пола. Подвижная игра «Охотник и зайцы»		школьника; обучить способам выполнения подготовительных и основных упражнений - отжим от пола; разучить правила игры «Охотники и зайцы»	плана основных дел на день; -определять главное и второстепенное среди режимных моментов дня; -знать и выполнять подготовительные упражнения - отжим от пола; -владеть техникой выполнения отжим от пола; -организовывать и проводить игру «Охотник и зайцы» по правилам	изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
25	Физкультминутка, её значение в	1	Раскрыть значение физкультминутки	Научаться: -ориентироваться в	Познавательные: самостоятельно	Личностные: ориентируются		9-н

	<p>жизни человека. Маршировка под сопровождение стихов, речёвки. Упражнения в паре с обручем.</p>		<p>через её проведение после физической нагрузки; отработать технику шага под сопровождения слова; разучить упражнения в паре</p>	<p>понятии «физкультминутка» ; -выполнять строевой шаг под стихотворение; -знать строевую речёвку или стих; -проводить упражнения в парах</p>	<p>формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми</p>	<p>на активное общение и взаимодействие</p>		
26	<p>Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание игры</p>	1	<p>Учить выполнять прыжки через скакалку; соблюдать правила техники</p>	<p>Научаться: -выполнять прыжки со скакалкой;</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p>	<p>Личностные: проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и</p>		

	«Солнышко»		<p>безопасности;</p> <p>Разучить правила игры «Солнышко»</p>	<p>-соблюдать правила безопасности;</p> <p>-приземляться, смягчая прыжок</p> <p>-умеют проводить игру «Солнышко»</p>	<p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>упорство в достижении поставленных целей</p>		
27	<p>Разучивание новых эстафет с обручем и скакалкой.</p> <p>Совершенствование кувырков вперед</p>	1	<p>Учить выполнять командные действия в эстафете;</p> <p>совершенствовать кувырки вперед</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять упражнения с предметами;</p> <p>-выполнять правила старта и финиширования в</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку</p>	<p>Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками;</p>		

				<p>эстафете;</p> <p>-выполнять технику кувырка вперед в сочетании с элементами эстафет</p>	<p>учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство.</p>		
--	--	--	--	--	---	---	--	--

					договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
29	Обучение упражнениям на формирование осанки	1	ОРУ. Формировать знания по укреплению осанки с помощью упражнений	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -знать и соблюдать правила техники безопасности; -выполнять упражнения на осанку 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и</p>	<p>Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;</p>		

					ролей в совместной деятельности.			
30	Обучение правилам лазания по наклонной лестнице.	1	ОРУ. Учитывать выполнять лазанье по наклонной лестнице.	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять упражнения на ловкость и координацию движений;</p> <p>-выполнять игровые упражнения по команде учителя;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
31	Обучение правилам лазания по скамейке.	1	ОРУ. Учитывать выполнять лазанье по скамейке.	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять упражнения на ловкость и</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и</p>		

				<p>координацию движений;</p>	<p>Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
32	<p>Подвижная игра на внимание «Класс, смирно!»</p>	1	<p>ОРУ. Учить играть в подвижную игру с правилами.</p>	<p>Научаться: -выполнять игровые упражнения по команде учителя;</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и</p>		

					формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	упорство в достижении поставленных целей.		
33	Знания о ФК: <i>Как возникли физические упражнения.</i>	1	Связь ФУ с жизненно важными способами передвижения древнего человека. Значение физической подготовленности для жизнедеятельности древнего человека	Научаться: -раскрывать понятие физические упражнения; -характеризовать основные виды ФУ; -раскрывать положительное влияние ФУ на организм человека; -объяснять значение ходьбы, бега, прыжков и лазанья в	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

				жизнедеятельности древнего человека.	действия.			
34	Обучение способам перестроения: смыкание и размыкание. Техника кувырка вперед. Подвижная игра: «Лиса и куры»	1	ОРУ. Формировать способы построения и перестроения из одной колонны в четыре; развивать внимание; формировать технику кувырка вперед	Научаться: -знать понятие кувырок вперед и технику его выполнения; -выполнять упражнения ни гибкость и равновесие; -выполнять способы перестроения из одной колонны в четыре; -играть в п/и «Лиса и куры» по правилам	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.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		12- н
35	Обучение лазанию по	1	ОРУ. Учить лазанию по канату, соблюдая	Научаться:	Познавательные: самостоятельно выделяют и	Личностные: ориентируются		

	канату Совершенствование упражнений с гимнастическим и палками. П/игра «Ноги на весу»		технику безопасности	-выполнять технику лазания по канату; -выполнять комплексы упражнений с гимнастическими палками; -знать правила игры «Ноги на весу»	формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
36	Обучение вращению обруча и упражнениям разминки с обручами.	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	Научаться: -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных		13- н

					<p>условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
37	Развитие выносливости в круговой тренировке	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	<p>Научаться: -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных</p>		

					используют установленные правила в контроле способа решения	ситуациях (с помощью педагога)		
					Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
38	Развитие ловкости и координации в упражнениях полосы препятствий. Совершенствование безопасного выполнения упражнений (кувырки,	1	Учить выполнять упражнения, соблюдая правила безопасности; совершенствовать лазанье, перелазание по гимнастической стенке	Научаться: -самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений; -выполнять упражнения с использованием гимнастических	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими		

	«мост»)			снарядов, инвентаря	условиями её реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
39	Тестирование техники выполнения двигательных упражнений. Разучивание игры «День и ночь»	1(к)	Тестирование физических качеств: гибкости и ловкости в выполнении двигательных действий: кувырок вперед и положение «мост». Разучить правила игры «День и ночь»	Научаться: -выполнять технику группировки и перекатов в круговой тренировке по парам; -знать и совершенствовать технику кувырка вперед; -организовывать и проводить п/игру по правилам	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

40	Режим дня школьника. Игровые упражнения на внимание: «Запрещенное движение» «Два Мороза»	1	Формировать понятие режим дня и составить его в классе; Развивать внимание через специальные упражнения и п/и «Два мороза»	Научаться: -составлять режим дня школьника; -выполнять упражнения и п/и на развитие внимания	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	14-н
41	Обучение упражнениям на	1	Учить выполнять упражнения,	Научаться: -выполнять	Познавательные: самостоятельно	Личностные: ориентируются	

	<p>гимнастической скамейке.</p> <p>Совершенствование лазанья и перелазания по гимнастической стенке.</p> <p>Разучивание игры «Бездомный заяц»</p>		<p>используя гимнастические снаряды</p>	<p>упражнения на скамейке;</p> <p>-регулировать физическую нагрузку во время занятий физической культурой;</p> <p>-взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры</p>	<p>формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
42	<p>Осанка и её значение для здоровья</p>	1	<p>Учить выполнять упражнения с гимнастической</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знают понятие осанка, как</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на доброжелательн</p>		

	человека. Комплекс упражнений «Ровная спина» П/и: «Аист»		палкой или скакалкой; Совершенствовать равновесие на одной ноге через п/и «Аист»	формировать её в условиях дома; -знают комплексы упражнений с предметами на укрепление осанки; -организуют подвижную игру по правилам;	разнообразии способов решения задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	ое общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
43	Обучение парным упражнениям.	1(к)	Учить выполнять парные упражнения; Развивать ловкость, силу через п/игру.	Научаться: -выполнять упражнения в парах; -проводить п/и «Заяц без логова»	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных		15- н

					используют установленные правила в контроле способа решения	ситуациях (с помощью педагога)		
					Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
44	Развитие двигательных качеств в эстафете «Веселые старты»	1	Закреплять навыки выполнения основных видов движений; выполнять командные действия; соблюдать правила безопасности	Научаться: -соблюдать правила взаимодействия с игроками; -соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время спортивных заданий; -совершенствуют	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные:	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

				технику выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанья).	формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)								
45	Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «У медведя во бору!» «Совушка» «Резиночки» (Русские игры)	1	Формировать правила техники безопасности во время проведения п/игр. Рассказать значение п/игр для детского организма. Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту Разучить правила п/игр: «У медведя во бору!»	Научаться: -соблюдать ТБ на уроках п/игр; -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость,	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные:	Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

			«Совушка» «Классики»	равновесие	формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	целей		
46	Проведение подвижной игры «Горячий камень» (Русские игры) «Кегельбан» (Англия)	1	Формировать умение ориентироваться на слово при организации действий как условие развития его произвольности Развитие меткости, находчивости, ловкости; умение ориентироваться в пространстве	Научаться: -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		16- н

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
47	Проведение п/игры «Жмурки» (Русские игры) «Вышибалы» (Англия)	1	Разучить правила организации и проведения п/игры; Формировать технику двигательного действия в игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и ловкость, меткость в цель	Научаться: -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в	Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					совместной деятельности.			
48	Организация и проведение п/игры на оценку	1(к)	Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.	<p>Научаться:</p> <p>-знают, как организовать досуг дня;</p> <p>-знают правила игры и соблюдают правила в игре;</p> <p>-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;</p> <p>-применяют лидерские качества личности в проведении и участии в игре</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

			по 1 по лыжне		<p>правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия</p>		
50	<p>Обучение технике поворотов переступанием.</p> <p>Подвижная игра «Снежки»</p>	1	<p>Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.</p> <p>Ступающий шаг.</p> <p>Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.</p> <p>Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знать понятие поворотов переступанием;</p> <p>-выполнять технику поворотов переступанием;</p> <p>-выполнять технику стойки и равновесия на лыжах</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>	

					<p>реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>		
51	Обучение технике подъема и спуска под уклон.	1	Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».	<p>Научаться: -преодолевать подъем; -выполнять ступающий шаг «ёлочкой»;</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных</p>	18-н

				<p>-выполнять технику спуска в стойке</p>	<p>задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения</p>	<p>нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	--	--	--	---	--	---	--	--

					интересов.			
52	Обучение технике подъема и спуска под уклон.	1	Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -преодолевать подъем; -выполнять ступающий шаг «ёлочкой»; -выполнять технику спуска в стойке 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

					<p>собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>		
53	<p>Способы ФД: <i>Личная гигиена человека.</i> <i>Разучивание игр «Запрещенное движение», «Два мороза»</i></p>	1	<p>Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности; Рассказать о правилах личной гигиены человека</p>	<p>Научаться: -соблюдать личную гигиену по правилам; -рассказывать о личной гигиене, её основных процедурах и значения для здоровья человека</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения</p>	<p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	

				<p>-организовывать и проводить подвижные игры;</p> <p>-выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников</p>	<p>действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы;</p> <p>ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>			
54	Обучение технике передвижение ступающим шагом, длительное скольжение на одной лыже.	1	<p>Передвижение скользящим шагом под пологий уклон.</p> <p>Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку», «Самокат»</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять способы передвижения ступающим шагом;</p> <p>-выполнять технику длительного</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>вносят необходимые</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении</p>		

				скольжения на одной лыжне; -организовать п/игру на снегу	коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	поставленных целей		
55	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Торможение в	1	То же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину Игра «Кто	Научаться: -выполнять технику стойки в равновесии; -выполнять	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в		19-н

	полуприседе.		быстрее!»	<p>технику дыхания по дистанции;</p> <p>-выполнять технику торможения до полной остановки в приседе;</p> <p>-организовать п/игру «Кто быстрее!»</p>	<p>способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью;</p> <p>договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	--------------	--	-----------	---	---	---	--	--

56	<p>Передвижение скользящим шагом без палок-30 м.</p>	1	<p>Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню</p>	<p>Научаться: -выполнять технику переступания вокруг пяток; -выполнять технику скользящего шага с палками по кругу</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
----	--	---	--	---	--	--	--	--

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
57	Способы ФД: <i>Организация и проведение утренней зарядки и п/игры на снегу «Самокат»</i>	1	Рассказать о правилах проведения утренней зарядки и её значение для здоровья человека Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности;	Научаться: -планировать режим дня и утреннюю зарядку; -рассказывать о значении зарядки для здоровья человека -организовывать и проводить подвижные игры;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	

					оценку учителей, сверстников. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.		
58	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	1	Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом	Научаться: -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)	20-н

					<p>установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>		
59	<p>Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.</p>	1	<p>Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке.</p> <p>Передвижение скользящим шагом</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику 	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	

				скользящего шага	и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
60	Спуск в основной стойке. Прохождение дистанции 1 км скользящим шагом	1	Отработка техники стойки на лыжах. Развитие выносливости в прохождении дистанции 1000 м в равномерном темпе.	Научаться: -соблюдать интервал движения и правила обгона по дистанции; -совершенствовать	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные:	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных		

	палками.		Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».	технику стойки и скольжения по дистанции; Совершенствовать технику торможения в полуприседе;	выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
61	Передвижение ступающим шагом в шеренге.	1	Отработка техники стойки на лыжах; Учить сохранять интервал между	Научаться: -выполнять стойку на лыжах; Сохранять	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и		21-н

			<p>другими обучающимися во время выполнения ступающего шага в шеренге;</p> <p>Учить технике перемах на месте</p>	<p>равновесие во время ступающего шага;</p> <p>-сохранять интервал во время передвижения на лыжах;</p> <p>-выполнять технику перемах на месте</p>	<p>Регулятивные:</p> <p>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>упорство в достижении поставленных целей</p>		
62	<p>Ступающий шаг.</p> <p>Передвижение ступающим</p>	1	<p>Отработка техника ступающего шага;</p> <p>Отработка техники скользящего шага без</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять технику ступающего шага;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы;</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и</p>		

	шагом 30 м и скользящим шагом без палок.		палок на дистанции 30 м. Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.	Выполнять технику ступающего шага; -демонстрировать технику старта и финиширования на дистанции 30 м -демонстрировать технику передачи эстафеты на лыжах	ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	упорство в достижении поставленных целей		
63	Передвижение по кругу, чередуя	1	Упражнение: поднимание согнутой ноги, удерживая	Научаться: -выполнять равновесия на	Познавательные: ориентируются в разнообразии	Личностные: проявляют дисциплинированно		

	<p>ступающий и скользящий шаг без палок.</p>		<p>лыжу горизонтально над лыжней; прыжки на месте; приставные шаги в сторону.</p> <p>Игра «Чей веер лучше», Игра «Кто быстрее»</p>	<p>одной лыже; -выполняют прыжки на двух лыжах; -выполняют перемещения на лыжах приставным шагом; -организуют проведение игры на лыжах</p>	<p>способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
--	--	--	--	--	---	---	--	--

64	<p>Физкульт-оздоров. деятельность:</p> <p><i>Проведение комплекса физических упражнений утренней зарядки</i></p>	1	<p>Упражнения утренней зарядки выполняются в определенной последовательности: на подтягивание, для усиления дыхания, для мышц рук, туловища, спины, живота, ног.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-демонстрировать технику выполнения упражнений утренней зарядки, определять направленность их воздействия.</p> <p>Выполнять комплексы утренней зарядки № 1, 2, 3</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p> <p>Личностные:</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		22-н
----	---	---	--	--	--	--	--	------

					ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения			
65	Передвижение ступающим шагом с широкими размахиваниями руками.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку».	Научаться: -проводить комплекс утренней зарядки; -демонстрировать технику ступающего шага с широким размахиванием рук;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

					<p>правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия</p>			
66	<p>Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.</p>	1	<p>Скользящим шагом под пологий уклон с широкими размахиваниями руками. То же с палками держа их за середину. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Игра «Кто быстрее?»</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -проводят комплекс утренней зарядки; -выполняют технику стойки на лыжах; -выполняют технику скользящего шага без палок; 	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

				<p>-организуют проведение п/игры на снегу, соблюдая правила игры</p>	<p>и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>			
67	<p>Передвижение скользящим шагом без палок - 30 м.</p>	1	<p>Проведение комплекса разминки на верхний плечевой пояс и спину. Поворот переступанием</p>	<p>Научаться: -организовывать проведение разминки с классом;</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p>	<p>Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют</p>		23-н

			<p>вокруг пяток лыж.</p> <p>-выполнять технику передвижения на лыжах скользящим шагом;</p> <p>-выполнять технику торможения полу приседом до полной остановки</p>	<p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>			
68	Контрольное	1(к)	Выполнение техники	Научаться:	Познавательные:	Личностные:		

	<p>выполнение техники передвижения на лыжах</p>		<p>передвижения на лыжах на оценку: -техника передвижения скользящим шагом; -техника поворотов на месте способом переступания.</p>	<p>-демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом; -демонстрируют технику поворотов на месте способом переступания на месте; -адекватно воспринимают оценку учителя</p>	<p>самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в</p>	<p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	---	--	--	--	---	---	--	--

					совместной деятельности.			
Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 10 ч (1к)								
69	Техника безопасности на уроках п/игр с основами сп/игр волейбол. Передача и ловля мяча в парах. П/и: «Наперегонки с мячом!»	1	Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале. Проводят комплекс разминки. Знакомятся с новой игрой – волейбол. Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах. Организуют п/игру «Наперегонки с мячом!»	Научаться: -знают и соблюдают инструктаж ТБ по спорт/играм. Знают и проводят комплексы упражнений разминки. Знают, что такое игра в волейбол. Выполняют упражнения с мячом.	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

					<p>способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>		
70	<p>Обучение технике передачи мяча от плеча и ловле мяча в парах.</p> <p>П/и «Займи быстрее место!»</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Овладевают стойкой игрока.</p> <p>Выполняют технику передачи мяча в парах</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят комплексы упражнений разминки.</p> <p>-демонстрируют стойку игрока в игре с мячом;</p> <p>-выполняют технику игры от</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в</p>	<p>Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных</p>	24-н

				<p>плеча одной рукой и ловлю мяча.</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>целей.</p>		
71	<p>Обучение технике передачи ловли мяча через сетку.</p> <p>Правила игры у сетки.</p> <p>П/и: «Передачи</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Овладевают стойкой игрока.</p> <p>Выполняют технику передачи мяча в парах через сетку.</p>	<p>Научаться: проводят комплексы упражнений разминки.</p> <p>-демонстрируют стойку игрока в игре с мячом;</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с</p>		

	в кругу!»			-выполняют технику игры от плеча одной рукой и ловлю мяча через сетку.	поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	помощью педагога)		
72	Владение мячом одной рукой от плеча у в/сетки в парах. Расстановка	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и	Научаться: -проводят утреннюю разминку с мячом;	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		

	игроков на площадке. П/и: «Ловля мяча после ускорения»		выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Организуют п/игру с мячом.	-выполняют расстановку и переход по площадке; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку.	разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	достижении поставленных целей		
73	Техника подачи одной рукой от плеча через сетку в стойке	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.	Научаться: -проводят разминку с	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач;	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со		25-н

	игрока.		<p>Знают расстановку на площадке и выполняют переход.</p> <p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку.</p> <p>Выполняют стойку игрока при подаче.</p> <p>Выполняют технику подачи одной рукой.</p> <p>Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
74	Правила перехода по	1	Выполняют комплекс упражнений	Научаться:	Познавательные: используют общие	Личностные: ориентируются на		

	<p>площадке.</p> <p>Игра у сетки в прыжке.</p>		<p>разминки с в/мячами.</p> <p>Знают расстановку на площадке и выполняют переход.</p> <p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку.</p> <p>Выполняют стойку игрока при подаче.</p> <p>Выполняют технику подачи одной рукой.</p> <p>Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>активное общение и взаимодействие со сверстниками;</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
--	--	--	---	--	--	---	--	--

75	<p>Круговая разминка с мячами.</p> <p>Передачи мяча от груди, из-за головы. Игра у сетки.</p> <p>П/и: «Вышибалы малыми мячами!»</p>	1	<p>Проводят разминку по кругу с мячами в парах;</p> <p>Отрабатывают технику владения мячом в парах от груди, из-за головы;</p> <p>Организуют игру между собой.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
----	---	---	--	---	---	--	--	--

					действия.			
76	Строевые команды в строю. Ловля мяча после подачи.	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Знают расстановку на площадке и выполняют переход.</p> <p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку.</p> <p>Выполняют стойку игрока при подаче.</p> <p>Выполняют технику подачи одной рукой.</p> <p>Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		26-н

					вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
77	<p>Правила трех шагов у сетки.</p> <p>П/и: «Осада города»</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Знают расстановку на площадке и выполняют переход.</p> <p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку.</p> <p>Выполняют стойку игрока при подаче.</p> <p>Выполняют технику подачи одной рукой.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

			Организуют п/игру с мячом.	-организуют игру между собой;	используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
78	Выполнение техники контрольных упражнений в игре волейбол.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Выполняют технику подачи и ловли мяча в стойке игрока; Выполняют технику	Научаться: -организуют проведение разминки с мячом; -демонстрируют технику стойки подачи в игре	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: планируют свои действия в	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	

			<p>игры у сетки: три шага – бросок через сетку</p>	<p>волейбол (бросок мяча одной рукой из-за плеча);</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>упорство в достижении поставленных целей.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебные материалы	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
1 КЛАСС IV ЧЕТВЕРТЬ Подвижные игры с основами спорт/и футбол: 8 часов Способы ФД – 1 ч Физкут-оздоровит. деятельность - 1 (к)								
79	Т.Б. на уроках п/игр. Спорт. форма и обувь ДД. Освоение координационных способностей в п/игре: «Стань правильно!» «Быстро по местам!» «Охотники и утки!»	1	<p>Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале.</p> <p>Проводят комплекс разминки.</p> <p>Знакомятся с новой игрой – футбол.</p> <p>Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах.</p> <p>Организуют п/игру.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдают инструктаж техники безопасности;</p> <p>Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол;</p> <p>Проводят комплексы упражнений разминки;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы;</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		27-н

				<p>-демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p>			
80	Техника способов перемещения по площадке в игре футбол.	1	<p>Организуют проведение разминки на гибкость и быстроту.</p> <p>Отрабатывают технику стойки и перемещения игрока по площадке.</p> <p>Отрабатывают технику остановки и удара по мячу</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдают инструктаж техники безопасности;</p> <p>Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол;</p> <p>Проводят комплексы упражнений</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		

			«щечкой». Получают знания о разметке игрового поля и ворот.	разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.	учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
81	Техника удара по неподвижному мячу с места в игре футбол.	1	Организуют проведение разминки на гибкость и быстроту. Отрабатывают технику стойки и перемещения игрока по площадке. Отрабатывают технику остановки и	Научаться: -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

			<p>удара по мячу «щечкой».</p> <p>Получают знания о разметке игрового поля и ворот.</p>	<p>упражнений разминки;</p> <p>-демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p> <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>			
82	<p>Способы ФД:</p> <p><i>Организация и проведение п/игры на быстроту с мячом «Передача мячей по кругу»</i></p> <p><i>«Вызов номеров»</i></p>	1	<p>Организуют разминку с классом.</p> <p>Рассказывает о правилах игры.</p> <p>Проводит п/игру по правилам.</p> <p>Подводит итоги игры, объявляет лучших игроков.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знают правила п/игр на развитие физических и двигательных качеств и проводят игры среди сверстников</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного</p>		28-н

					оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	смысла учения		
83	Техника стойки и перемещения игрока по площадке. Техника удара внутренней стороной стопы «щечкой» с одного и двух шагов разбега в игре футбол.	1	Проведение комплекса упражнений разминки на игровой площадке в игре футбол. Выполнение спецбеговых упражнений на перемещение игрока	Научаться: -соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с		

			<p>в игре.</p> <p>Отработка техники двигательного действия в игре футбол:</p> <p>Удар по мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега по воротам и в передачах друг другу.</p>	<p>комплексы упражнений разминки;</p> <p>-демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью;</p> <p>договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>помощью педагога)</p>		
84	Техника удара внутренней стороной стопы «щечкой» с одного и двух шагов	1	<p>Проведение комплекса упражнений разминки на игровой площадке в</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдают инструктаж техники</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы;</p> <p>ориентируются в</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и</p>		

	<p>разбега в игре футбол.</p>		<p>игре футбол.</p> <p>Выполнение спецбеговых упражнений на перемещение игрока в игре.</p> <p>Отработка техники двигательного действия в игре футбол:</p> <p>Удар по мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега по воротам и в передачах друг другу.</p>	<p>безопасности;</p> <p>Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол;</p> <p>Проводят комплексы упражнений разминки;</p> <p>-демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью;</p> <p>договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	<p>управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	-------------------------------	--	--	---	--	---	--	--

85	<p>Физкульт-оздор. деятельность:</p> <p><i>Проведение п/игры на развитие координации движений и внимания («Смена мест» «Салки-догонялки» «Антивышибалы» «Перехвати мяч»)</i></p>	1(к)	<p>Организуют разминку с классом.</p> <p>Рассказывает о правилах игры.</p> <p>Проводит п/игру по правилам.</p> <p>Подводит итоги игры, объявляет лучших игроков.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знают правила п/игр на развитие физических и двигательных качеств и проводят игры среди сверстников</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		29-н

					позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
86	Техника передачи и остановки мяча в парах (тройках) с места и в движении. Техника удара по воротам.	1	Проведение комплекса упражнений разминки с мячом. Отработка техники стойки и перемещения в игре футбол. Отработка техники остановки мяча (прижатием стопы мяча), удар по мячу.	-соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

				передач в игре футбол.	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
87	Техника передачи и остановки мяча в парах (тройках) с места и в движении. Техника удара по воротам.	1	Проведение комплекса упражнений разминки с мячом. Отработка техники стойки и перемещения в игре футбол. Отработка техники остановки мяча (прижатием стопы мяча), удар по мячу.	-соблюдают инструктаж техники безопасности; Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол; Проводят комплексы упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

				<p>мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p> <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>			
88	<p>Техника выполнения контрольных упражнений в игре футбол: техника передачи и удара мяча по воротам.</p>	1(к)	<p>Знают технику стойки и перемещения в игре футбол. Знают разметку игрового поля и ворот. Знают понятие штрафного удара и свободный удар.</p> <p>Демонстрируют технику игры в футбол.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдают инструктаж техники безопасности;</p> <p>Выполняют технику стойки и перемещения в игре футбол;</p> <p>Проводят комплексы</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы;</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью</p>		30-н

			<p>Адекватно воспринимают оценку учителя; знают параметры оценки.</p>	<p>упражнений разминки; -демонстрируют технику удара по мячу и способы передач в игре футбол.</p>	<p>и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>	педагога)			
Легкая атлетика - 11ч (2к)									
89	<p>Т.Б. на уроках л/атлетики.</p> <p>Техника старта и стартового разгона.</p>	1	<p>Провести инструктаж техники безопасности на уроках л/атлетики;</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдать правила техники безопасности на</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие</p>			

	Разучивание п/игры «Пустое место»		Обучить технике старта и стартового разгона в парах; Разучить правила п/игры «Пустое место»	уроках л/атлетики; -выполнять по команде технику старта и стартового разгона по дистанции на 10 м; -соблюдать правила п/игры «Пустое место»	процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
90	Техника старта и бега по прямой. Контроль за развитием	1 (к)	Совершенствовать технику бега по прямой; выявить уровень развития	Научаться: -выполнять бег по прямой в парах;	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную	Личностные: ориентируются на активное общение и		

	<p>двигательных качеств: бег 30 м; прыжок с места, наклон вперед из положения сед, ноги врозь</p> <p>П/и: «Быстро по местам»</p>		<p>гибкости, быстроты и ловкости способом тестирования;</p> <p>Организовать проведение п/игры учащимися</p>	<p>-демонстрировать уровень развития гибкости, быстроты и ловкости через выполнение спортивного теста: наклон туловища вперед из положения сед, бег 30 м, прыжок с места;</p> <p>-организовывать и проводить п/ игру «Быстро по местам», соблюдая правила</p>	<p>задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
91	Техника высокого старта.	1(к)	Совершенствовать технику высокого старта в развитии	Научаться: демонстрировать технику высокого	Познавательные: ориентируются в разнообразии	Личностные: проявляют дисциплинирова		31-н

	<p>Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.; вис на согнутых руках на перекладине</p> <p>П/и: «Волк во рву»</p>		<p>быстроты и ловкости; определить уровень развития скоростно-силовых способностей способом тестирования: подъем спины за 30 сек;</p> <p>Вис на согнутых руках на время;</p> <p>Разучить правила п/игры «Волк во рву»</p>	<p>старта в беге по дистанции в парах; продемонстрировать скоростно-силовые способности в тесте: подъем спины за 30 сек из положения лежа;</p>	<p>способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
--	--	--	---	--	---	--	--	--

92	<p>Совершенствование техники низкого старта. Обучение понятию «стартовое ускорение»</p> <p>П/и: «Салки - догонялки»</p>	1	<p>Совершенствовать технику низкого старта; учить бегу с ускорением</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -демонстрировать технику метания от плеча; -организовывать и проводить п/игру «День и ночь» по правилам 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
93	<p>Техника метания мяча из-за плеча с места и с разбега в</p>	1	<p>Учить правильной постановке руки при метании мяча в цель</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -соблюдать 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и</p>		

	цель и на дальность П/и: «День - ночь»		и на дальность	правила личной гигиены после физических нагрузок и спортивных занятий; -демонстрировать уровень скоростно-силовых и координационных способностей на дистанции 3×10м	формулируют познавательные цели и способы их осуществления. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
94	Техника встречной эстафеты на 30 м. Разучивание п/игры с элементами волейбола	1	Развивать скоростно-силовые и координационные качества на спринтерские дистанции	Научаться: -демонстрировать технику прыжка в длину с места; - демонстрировать	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		32-н

			встречной эстафеты; Разучить правила п/игры «Снайпер»	быстрый бег, ловкость и прыгучесть в эстафете;	Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	достижении поставленных целей		
95	Техника прыжка в длину с места. Разучивание	1	Развивать прыгучесть, быстроту и ловкость	Научаться: -демонстрировать технику бега на	Познавательные: используют общие приемы решения	Личностные: ориентируются на принятие и		

	прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет!»		в эстафете; совершенствовать технику прыжка в длину с места и определить уровень физической подготовки;	30м (старт, разгон, финиш); -выполнять упражнения на быстроту ловкость в прохождении полосы препятствий;	поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
96	Упражнения на освоения	1	Совершенствовать технику равновесия	Научаться:	Познавательные: самостоятельно	Личностные: ориентируются		

	<p>равновесия на месте и в движении.</p> <p>П/и: «Кто быстрее!»</p>		<p>в прохождении полосы препятствий;</p> <p>Развивать быстроту и внимание в п/игре «Кто быстрее!»</p>	<p>-демонстрировать равновесие в прохождении полосы препятствий;</p> <p>-выполнять упражнения на быстроту и ловкость;</p> <p>-организовывать и проводить п/игру: Кто быстрее!</p>	<p>ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p> <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>на активное общение и взаимодействие со сверстниками;</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
--	---	--	---	---	---	---	--	--

97	<p><i>БЕСЕДА:</i> «ПРАВИЛА БЕГА В ПАРАХ ПО ДИСТАНЦИИ»</p> <p>Техника передачи эстафетной палочки в беге на спринтерскую дистанцию.</p>	1	<p>Провести беседу по правилам бега по дистанции;</p> <p>Совершенствовать технику передачи эстафетной палочки во встречном беге;</p> <p>П/игра: «Вороны и воробьи»</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -знать правила бега по дистанции в парах; -демонстрировать технику передачи эстафетной палочки; -организовывать и проводить п/игру 	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p> <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		33-н
----	---	---	--	---	---	--	--	------

					деятельности			
98	<p>Быстрота и внимание в беговых упражнениях разминки.</p> <p>Прыжки через скакалку на перегонки.</p>	1	<p>Совершенствовать беговые упражнения в сочетании упражнений на внимание;</p> <p>совершенствовать элементы прыжков через скакалку;</p> <p>Проведение командной игры в футбол</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять специальные упражнения на внимание, быстроту, ловкость и прыгучесть;</p> <p>-играть в командные игры футбол</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		

99	<p>П/игры на выбор учащимися (футбол, гандбол, вышибалы и др.)</p> <p>Подведение итогов года.</p>	1	<p>Совершенствовать беговые упражнения в сочетании упражнений на внимание;</p> <p>совершенствовать элементы прыжков через скакалку;</p> <p>Проведение командной игры в футбол</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять специальные упражнения на внимание, быстроту, ловкость и прыгучесть;</p> <p>-играть в командные игры футбол</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>оценивают правильность выполнения действия</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

- Лях В.И. мой друг – физкультура: Учеб. Для учащихся 1-4 кл.нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575828

Владелец Калинин Максим Олегович

Действителен с 11.05.2021 по 11.05.2022