

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА № 28 г. ТУЛУНА»

РАССМОТРЕНА
на заседании МО
протокол № 1 от 30. 08. 2023

СОГЛАСОВАНО
Зам. Директора по УР
Михайлова Л.В
30.08.2023г

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 66
От 31. 08. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету
«Адаптивная физическая культура»
3 класс
(вариант 1)
2023 – 2024 учебный год

Составитель: учитель В.А. Сеницына

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1) Государственного общеобразовательного казенного учреждения «Специальная (коррекционная) школа №28 г. Тулуна» (Приказ «Об утверждении адаптированных программ» от 31.08.2023г. № 66), в соответствии с федеральным перечнем учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников (Приказ Минпросвещения России №858 от 21 сентября 2022 г. № 858

С учётом этих особенностей **целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
 - обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Общая характеристика учебного предмета.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям 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 физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в начальной школе, на его преподавание отводится: **102** часа в 3-4 классах в год.

В Рабочей программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

. Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

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

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

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры,

характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

— характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (1-4 классы)

№ п\п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)			
		класс			
		I	II	III	IV
1	2	3	4	5	6
1	Базовая часть	77	78	78	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков			
1.2	Подвижные игры	20	18	18	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	17	18	18	18
1.4	Лёгкоатлетические упражнения	21	21	21	21
1.5	Лыжная подготовка	19	21	21	21
2	Вариативная часть	22	24	24	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	22	24	24	24
	итого	99	102	102	102

Раздел «Знания о физической культуре»

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
- характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня в зависимости от индивидуальных особенностей учебной и внешкольной деятельности, показателей здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Раздел «Способы физкультурной деятельности»

Выпускник научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

- измерять показатели физического развития (рост и массу тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Раздел «Физическое совершенствование»

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брусья, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять передвижения на лыжах

• 3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

• 4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

• Знания о физической культуре

- Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

• Способы физкультурной деятельности

- Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений вовремя и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

• Физическое совершенствование

- **Гимнастика с основами акробатики**
- *Акробатические упражнения:* кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.
- *Гимнастические упражнения прикладного характера:* лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.
- **Легкая атлетика**
- *Прыжки* в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.
- **Лыжные гонки**
- *Передвижения на лыжах:* одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным.
- *Поворот* переступанием.
- **Подвижные игры**
- *На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»:* «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».
- *На материале раздела «Легкая атлетика»:* «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».
- *На материале раздела «Лыжная подготовка»:* «Быстрый лыжник», «За мной».
- *На материале спортивных игр:*
- *Футбол:* удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7 – 8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7 – 8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; подвижные игры: «Передал — садись», «Передай мяч головой».

- *Баскетбол*: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».
- *Волейбол*: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».
- **Общеразвивающие физические упражнения** на развитие основных физических качеств.

- **4 класс**

- **Знания о физической культуре**

- История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

- **Способы физкультурной деятельности**

- Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

- **Физическое совершенствование**

- **Гимнастика с основами акробатики**

- *Акробатические упражнения*: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.
- *Гимнастические упражнения прикладного характера*: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

- **Легкая атлетика**

- *Прыжки* в высоту с разбега способом «перешагивание».
- *Низкий старт*.
- *Стартовое ускорение*.
- *Финиширование*.

- **Лыжные гонки**

- *Передвижения на лыжах*: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.

- **Подвижные игры**

- *На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»*: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).
- *На материале раздела «Легкая атлетика»*: «Подвижная цель».
- *На материале раздела «Лыжные гонки»*: «Куда укачишься за два шага».
- *На материале раздела «Плавание»*: «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».
- *На материале спортивных игр*:
- *Футбол*: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

- *Баскетбол*: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).
- *Волейбол*: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

1	2	3	4	5	6	7	8	9
№ ур- о- ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контроля, контрольны е материалы
		план	факт		Предметные	Личностны е	Метапред метные	
Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)								
1	ПравилаТБ на уроках физкультуры. Построение в шеренгу по росту. Игра «Займи свое место». Содержание комплекса утренней зарядки. Игра «Салки-догонялки» Комбинированный	1.09 - 7.09		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на площадке, с содержанием и организацией комплекса утренней зарядки; учатся слушать и выполнять команды «Равняйсь», «Смирно» «Вольно», построению в шеренгу по росту, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики; играть в игру «Салки-догонялки»	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке, выполняют действия по образцу, выполняют построение в шеренгу по росту, выполняют комплекс утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	Текущий

							реализации; используют речь для регуляции своих действий	
2	Совершенствование строевых упражнений; прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном трехминутном беге. Игра «Ловишка». Комбинированный			Строятся в шеренгу, колонну, Выполняют медленный непрерывный бег в течении 3-х мин., комплекс утренней гимнастики, повторяют технику прыжка в длину с места и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно отталкиваться и приземляться; развивают выносливость в беге	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели с помощью педагога; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий
3	Развитие			Повторяют	Выполня	Ориентир	Самосто	Текущий

	<p>координации движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. Игра «Салки с домом».</p> <p>Комбинированный</p>			<p>построение в шеренгу, колонну, выполняют беговую разминку, выполняют комплекс утренней гимнастики, выполняют бег с высокого старта на 30 м, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»</p>	<p>ют организующие строевые команды и приемы, разминку, разминаются применяя специальные беговые упражнения принимают положение высокого старта и учатся выполнять бег на скорость. 30м с высокого старта</p>	<p>уются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>ательно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе оценки и учета сделанных ошибок; задают вопросы ; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	
4	<p>Совершенствование техники челночного</p>	<p>8.09 - 14.0</p>		<p>Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют</p>	<p>Корректируют технику</p>	<p>Раскрывают внутренн</p>	<p>Ориентируются в разнообраз</p>	<p>Контроль двигательных качеств</p>

	бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди» Комбинированный	9		комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют его на время, повторяют правила и играют в игру «Гуси-лебеди»	челночног о бега, как выполнят ь поворот в челночно м беге; учатся техническ и правильно выполнят ь поворот в челночно м беге, правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием ; выполнят ь челночны й бег на скорость	ую позицию школьник а, стремятся достичь хороших результатов в беге, проявляю т положительные качества личности и управляю т своими эмоциями в различны х ситуациях	разии способо в решения задач; принима ют инструк цию педагога и четко следуют ей; осущест вляют итоговы й и пошагов ый контрол ь; адекватн о восприн имают оценку учителя; формули руют собствен ное мнение и позицию , договар иваются и приходят к общему решени ю в совмест ной деятельн ости	(челночны й бег)
5	Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Игра «Удочка». Комбинированный			Выполняют легкоатлетические упражнения, повторяют технику движения рук и ног в прыжках вверх и в длину с места, выполняют их;	Учатся выполнят ь легкоатле тические упражнен ия: прыжки	Проявляю т дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство	Использ уют общие приемы решения поставле нных задач;	Текущий

				повторяют правила и играют в игру «Удочка»	вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления; технике движения рук и ног в прыжках.	в достижение поставленных целей	планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	
6	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Игра «Жмурки». Комбинированный			Выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, повторяют прыжок в длину с места и выполняют его на результат; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»	Учатся правильно выполнять строевые упражнения, выполняют упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; технически и правильно выполняют прыжок в длину с места и контролировать результат своего	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)

					прыжка		воспринимают оценку учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
7	Особенности развития физкультуры у разных народов. Развитие выносливости в медленном беге в течении 5 минут. Игра «Жмурки». Комбинированный	15.0 9- 21.0 9		Знакомятся с развитием физкультуры у разных народов; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют медленный, непрерывный бег до 5 минут; играют в игру «Жмурки»	Учатся выполнять упражнения, добиваясь конечного результата; организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к	Текущий

							<p>общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	
8	<p>Развитие выносливости в медленном беге до 6 минут. Обучение метания мал. мяча на дальность с тех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели».</p> <p>Изучение нового материала</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, ОРУ; разучивают как выполнять метание мал. мяча на дальность с тех шагов разбега, выполняют метание; выполняют бег на выносливость ; разучивают правила и играют в игру «Метатели»</p>	<p>Учатся техниче-ски правильно выполнять метание мал. мяча на дальность, держать корпус, делать три шага в сочетании с замахом и броском; контролировать темп бега, дыхание на длинную дистанцию</p>	<p>Понимают значение знаний и умений для человека и принимают их; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; вносят необходимые коррект</p>	Текущий

							ивы в действии после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок	
9	<p>Контроль двигательных качеств: метание на дальность. Развитие координации, ловкости, скоростных качеств в эстафете «За мячом противника»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Повторяют правила контроля двигательных качеств, повторяют метание мал. мяча на дальность, выполняют метание на результат, повторяют и проводят эстафету «За мячом противника»</p>	<p>Учатся технически и правильно выполнять метание предмета; выполняют упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; соблюдать правила взаимодействия с игроками в команде</p>		<p>Используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Контроль двигательных качеств (метание)</p>
10	<p>Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью</p> <p>Развитие</p>	<p>22.0 9- 28.0 9</p>		<p>Знакомятся с взаимосвязью физических упражнений с трудовой деятельностью; выполняют беговые</p>	<p>Учатся равномерно распределять свои силы для завершения</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодей-</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения</p>	<p>Контроль двигательных качеств (бег на выносливость)</p>

	<p>выносливости в медленном беге в течении 6 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете</p> <p>Комбинированный</p>			<p>задания с изменением частоты шагов. Знакомятся как распределять силы по дистанции, выполняют бег на выносливость на оценку, комплекс УГГ; разучивают и выполняют эстафеты с беговыми упражнениями</p>	<p>я шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки по частоте пульса; соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>действие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	
11	<p>Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на 30 м. Игра «Третий лишний»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях, выполняют медленный и быстрый бег, Комплекс УГГ; выполняют бег на скорость на 30м; повторяют правила и играют в игру «Третий лишний»</p>	<p>Развивают скорость, внимание, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой темпа; учатся выполнять</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляю т своими эмоциями при общении со сверстниками и</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают свои достижения, соотносят изученн</p>	Текущий

					легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции	взрослыми	ые понятия с примерами; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют вопросы, используют речь для регуляции своих действий	
12	Контроль двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Развитие двигательных качеств посредством игр. Игра «Волк во рву» Комбинированный			Выполняют разминочный бег в различном темпе, ОРУ; бег на скорость на различные дистанции; бег 30м с высокого старта на результат; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Учатся правильной технике бега, как правильно стартовать и финишировать; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега; развивают беговые и прыжковые качества во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)

							реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
13	Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале и во время упражнений со спортивным инвентарем. Развитие координационных способностей в общеразвивающих упражнениях. Игра «Охотник и зайцы». Комбинированный	29.09-5.10		Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на уроках с использованием спортивного инвентаря; выполняют задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений в движении и на месте; повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»	Учатся соблюдать правила безопасности поведения; совместным командным действиям во время игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении и поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми и	Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструк	Текущий

							цию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговой и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
14	<p>Повторение перестроений в две шеренги, в две колонны. Повторение подъема туловища из положения лежа на спине, подтягивание на перекладине. Игра «Море волнуется»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Повторяют строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине и подтягивание на перекладине, выполняют их; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»</p>	<p>Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильно выполнения; правильно выполняют подъем туловища за определенный отрезок времени, подтягивание на переклади</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляю т своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Оrientируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходя</p>	Текущий

					не		т к общему решени ю в совмест ной деятельн ости	
15	<p>Совершенствовани е строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голосок» Комбинированный</p>			<p>Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»</p>	<p>Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам взаимодей ствия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигатель ных качеств, выполняя подъем туловища на скорость; выполняют упражнения добиваясь конечного результата.</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения , соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения , формули</p>	<p>Контроль двигательных качеств (подъем туловища)</p>

							<p>руют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	
16	<p>Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Контроль двигательных качеств: подтягивание на перекладине. Эстафеты с гимнастической палкой. Комбинированный</p>	6.10 - 12.10		<p>Выполняют упражнения с гимнастической палкой, упражнения для стопы с гимнастической палкой; знакомятся какие качества развиваются при подтягивании на перекладине; выполняют подтягивание на результат; выполняют эстафеты с гимнастической палкой</p>	<p>Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий с предметами; развивают координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики</p>	<p>Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение</p>	<p>Контроль двигательных качеств (подтягивание из виса лежа)</p>

					тики плоскосто пия; развивают вынослив ость и силу рук.		ориенти руются на позицию партнер а в общени и и взаимод ействии; контрол ируют действи я партнер а	
17	Обучение разбегу, отталкиванию и приземлению в прыжках в длину. Развитие скоростно- силовых качеств мышц ног в прыжке в длину с разбега. Игра «Ноги на весу» Комбинированный			Выполняют упражнения с гимнастической палкой и упражнения для стопы, разучивают технику прыжка в длину с разбега и выполняют его, повторяют правила и играют в игру «Ноги на весу»	Учатся технически и правильно выполняют разбег, отталкивание и приземление в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»; находят отличительные особенности в выполнении прыжков разными учениками		Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимод ействии	Текущий
18	Совершенствование прыжков на одной и двух			Повторяют упражнения с гимнастической	Контролируют способнос	Проявляют положите	Определяют и формули	Контроль техники выполнения

<p>ногах; прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» Игра «День и ночь» Комбинированный</p>			<p>палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, повторяют технику и выполняют прыжок в длину с разбега на гим. мат на оценку, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»</p>	<p>ть прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности для предупреждения травматизма</p>	<p>льные качества личности и управляю т своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>руют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ми ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения ; формулируют вопросы , обращаются за помощью ; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	<p>я (прыжок в длину с разбега)</p>
---	--	--	--	---	---	--	-------------------------------------

							ости	
19	<p>Совершенствование прыжков из обруча в обруч, ОРУ с обручем; пролезание в обруч разными способами.</p> <p>Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Эстафеты с обручем.</p> <p>Комбинированный</p>	13.1 0- 19.1 0		<p>Выполняют упражнения с обручем; повторяют способы пролезания в обруч: прямо и боком; как правильно выполняется пролезание и выполняют поточным методом; выполняют отжимание на результат; выполняют эстафеты с обручем</p>	<p>Учатся технически и правильно выполняют упражнения с обручем; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; развивают быстроту, ловкость, внимательность при выполнении эстафет</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками</p>	<p>Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (отжимание)</p>
20	<p>Совершенствование прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Ловишки с хвостиком»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют комплекс ОРУ с веревочкой, прыжки на двух и одной ноге через веревочки положенные «лесенкой», повторяют технику</p>	<p>Контролируют способность прыгать на двух ногах (ноги вместе) и</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося,</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют</p>	<p>Текущий</p>

	<i>ый</i>			прыжка в высоту с разбега и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с хвостиком»	одной ногое сохраняя равновесие, учатся техничеески и правильно выполняют прыжок в высоту с разбега; играют соблюдая правила	развитие мотивов учебной деятельности и формирование личности и смысла учения	руют учебные задачи вместе с учителями; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
21	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Повторение ползанье по гимнастической скамейке, приседание. Контроль двигательных качеств: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Удочка» Комбинированный			Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползанье по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе, приседание; выполняют прыжок в высоту с разбега на результат; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять упражнения используя гимнастические снаряды, регулировать физическую нагрузку во время занятий; контролировать технику и результат выполнения прыжка в	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей	Контроль двигательных качеств (прыжок в высоту с разбега)

					высоту; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений		и условия ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
22	Совершенствование основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Вороны и воробьи» Комбинированный	20.10-28.10		Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности используются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползание по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют	Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений полосы препятствий; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения	Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценива	Контроль двигательных качеств (приседание)

				приседание за 1 мин.; играют в игру «Вороны и воробы»	ия упражнен ий при приседани и на результат	ии поставлен ных целей	ют правиль ность выполне ния действи я, адекватн о восприн имают оценку учителя; ориенти руются на позицию партнер а в общени и и взаимодей ствии	
23	Обучение парным упражнениям. Совершенствовани е метание мал. мяча в цель. Эстафеты с мешочком с песком. Комбинированный			Разучивают и выполняют новые упражнения в парах. Выполняют упражнения в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», «три ноги»; повторяют метание мал. мяча в цель; выполняют эстафеты с мешочком с песком с ходьбой, ползаньем, прыжками, метанием	Учатся выполнят ь упражнен ия в парах и с помощью партнера, техническ и правильно выполнят ь метание в цель; взаимодей ствовать со сверстник ами по правилам проведени я игровых упражнен ий; развивают силу рук и ловкость	Проявляю т дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство в достижен ии поставлен ных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстник ами и взрослым и	Ориенти руются в разнооб разии спосо бов решения задач; формули руют учебные задачи вместе с учителе м; вносят измене ния в план действи я; формули руют собствен ное мнение и позицию ; договар иваются и	Текущий

							приходя т к общему решени ю в совмест ной деятельн ости	
24	Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинированный			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала , соблюдая правила безопасности			Текущий
Раздел программы №2 Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)								
25	Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Повторение понятий: вис, упор. Развитие силы в упражнении вис углом на гимнастической стенке. Развитие внимания, памяти в игре «Что изменилось» Комбинированный	7.11 - 13.1 1		Знакомятся с правилами поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как выполняются висы и упоры ; повторяют и выполняют вис углом; повторяют правила и играют в игру «Что изменилось»	Знакомятся с ТБ на уроках гимнастики и; учатся выполняют упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; правилам выполнения упражнений на гимнастической стенке, выполняют	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью педагога ; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его	Текущий

					ь «хваты» при выполнении «виса»; правильно му положению при выполнении виса углом		оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
26	Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Совершенствование техники перекатов. Разучивание игры «Увертывайся от мяча» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, знакомятся с простейшими элементами акробатики, выполняют перекаты в группировке, разучивают правила и играют в игру «Увертывайся от мяча»	Закрепляют навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся технически и правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль	Текущий
27	Совершенствование кувырка			Выполняют ходьбу и бег по кругу,	Учатся координи		б;	Текущий

	<p>вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки. Игра «Мышеловка» Комбинированный</p>			<p>упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют как правильно выполнить кувырок вперед, выполняют кувырок, выполняют задания в круговой тренировке, повторяют правила и играют в игру «Мышеловка»</p>	<p>рывать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; регулировать физическую нагрузку; правильно выполнять задания круговой тренировки для закрепления учебного материала</p>		<p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	
28	<p>Совершенствование упражнения «стойка на лопатках»; кувырка вперед. Игра «Посадка картофеля» Комбинированный</p>	14.1 1- 20.1 1		<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику «стойки на лопатках» и выполняют; повторяют кувырок вперед, выполняют кувырок вперед на оценку; разучивают правила и играют в игру «Посадка картофеля»</p>	<p>Учатся технично и правильно выполнять упражнения акробатики со страховкой; выполняют акробатические упражнения, добиваясь конечного результата</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются</p>	<p>Контроль техники выполнения (кувырок вперед)</p>

							и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	
29	<p>Совершенствование упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику выполнения упражнения «мост» и выполняют; повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы; выполняют «стойку на лопатках» на оценку; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»</p>	<p>Корректируют технику выполнения упражнения «мост»; развивают гибкость тела выполняя акробатические элементы, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; контролируют процесс и результат действия; используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Контроль техники выполнения («стойка на лопатках»)</p>

							я.	
30	<p>Развитие координации, ловкости при ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»</p>	<p>Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, ловкости и координации; сохранять равновесие, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия</p>	<p>Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)</p>
31	<p>Совершенствование лазание по наклонной гимнастической скамейке с</p>	21.1 1- 27.1 1		<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом</p>	<p>Учатся перемещаться по наклонной</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов</p>	<p>Текущий</p>

	<p>переходом на гим. стенку; упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Класс»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными способами, гим. упр. «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс»</p>	<p>поверхности различными способами с переходом на гим. стенку; характеризовать физические качества: силу, координацию; выполняют игровые упражнения по команде учителя; организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	<p>в решении задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия</p>	
32	<p>Совершенствование упражнений в равновесии: «цапля», «ласточка»; техники упражнения «мост». Игра «Прокати быстрее мяч»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»</p>	<p>Учатся выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях ; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов в решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя,</p>	<p>Контроль техники выполнения («мост»)</p>

					их устранени я; соблюдать правила игры и правила взаимодей ствия с игроками		формули руют собствен ное мнение, договар иваются и приходя т к общему решени ю в совмест ной деятельн ости	
33	Ознакомление с видами физических упражнений. Совершенствова ние упражнений «цапля», «ласточка», кувырка вперед. Игра «Волк во рву» Комбинированн ый			Знакомятся с видами физ. упражнений: подводящие, подготовительные, общеразвивающие, соревновательные; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цап ля» и «ласточка», кувырок вперед; соединяют упражнение в равновесии «ласточка» и кувырок вперед; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Учатся делить упражнен ия на подводящ ие, подготови тельные, общеразв ивающие и применять их в учебной деятельно сти; закрепляют навыки в упражнен иях акробатик и, развивают координац ию, ловкость, внимание при выполнен ии заданий и игровых упражнен ий	Проявляю т дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство в достижен ии поставлен ных целей	Самосто ятельно выделяю т и формули руют цели и способы их осущест вления, оценива ют правиль ность выполне ния действи я, формули руют собствен ное мнение, ориенти руются на позицию партнер а в общени и и взаимод ействии	Текущий
34	Повторение строевых упражнений.	28.1 1- 4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на	Учатся выполнят ь	Ориентир уются на доброжел	Самосто ятельно формули	Текущий

	<p>Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и сидя на полу, упражнениях «мост», «полушпагат». Развитие внимания, ловкости в эстафете «Веровочка под ногами» Комбинированный</p>			<p>коленях на гимнастическом мате, выполняют задания на гибкость: выпады, наклоны вперед из разных положений, «мост», «полушпагат»; разучивают и выполняют эстафету</p>	<p>упражнения на растяжку мышц в разных положениях; самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; развивать внимание, ловкость посредством игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>ательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>решают проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	
35	<p>Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный</p>			<p>Повторяют строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом, перестроение в две шеренги и две колонны и выполняют их на оценку; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате; повторяют акробатические упражнения: «стойка на лопатках», «мост», «полушпагат»; повторяют правила и играют в игру «Хитрая лиса»</p>	<p>Учатся выполнять : строевые упражнения без ошибок; серию упражнений акробатик и контролировать свои действия и наблюдать за действиями и других</p>	<p>Понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют значение игр в развитии и ребенка; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализа</p>	<p>Контроль выполнения (строевые упражнения)</p>

							ии, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	
36	Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Закрепление навыков выполнения нескольких упражнений акробатики подряд. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют и выполняют перекат назад в группировке, технику кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	Развивают координацию и ловкость при выполнении кувырка назад; выполняют упражнения акробатики со страховкой друга, соединять упражнения акробатики	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговой и пошаговый контроль; договариваются и приходят к	Текущий

							<p>общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	
37	<p>Развитие равновесия и координации движений в упражнениях на узкой рейке гимнастической скамейки. Совершенствование кувырка назад. Игра «Ноги на весу» Комбинированный</p>	5.12 - 11.12		<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами; повторяют кувырок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»</p>	<p>Учатся технически и грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают</p>	<p>Контроль техники выполнения (кувырок назад)</p>

							вопросы ; контроль действий партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
38	<p>Повторение ходьбы по узкой рейке гим. скамейки с поворотами. Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гим. стенке.</p> <p>Игра «Жмурки» Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют и выполняют способы лазанья и перелезания по гим. стенке; ходьбу с поворотами на узкой рейке гим. скамейки: на носках, на одной ноге, прыжком; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»</p>	<p>Закрепляют навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке, учатся правильно выполнять ходьбу с поворотами, распределять силы во время лазанья и перелезания</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, используют установленные правила в контроле</p>	Текущий

							способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
39	Совершенствование навыков перемещения по гимнастической стенке. Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад. Игра «Волк во рву» Повторение пройденного материала			Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания по гимнастической стенке разными способами; повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	Текущий
40	Разучивание упражнений разминки с обручами. Совершенствование навыков вращения обруча.	12.1 2- 18.1 2		Разучивают и выполняют: упражнения с обручем, повторяют вращение обруча на разных частях тела, ползание «попластунски»;	Закрепляют технику вращения обруча, повторяют прикладн	Проявляют положительные качества личности и управляют	Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в	Текущий

	<p>Развитие ловкости в ползанье «попластунски».</p> <p>Игра «Бездомный заяц»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>повторяют правила и играют в игру «Бездомный заяц»</p>	<p>ые упражнения гимнастики и ползанье «попластунски» и его применение в военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками при проведении и игры</p>	<p>т своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения ; обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	
41	<p>Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползанья «попластунски». Повторение</p>			<p>Повторяют упражнения разминки с обручем, повторяют как правильно выполняется перелезание через препятствие и</p>	<p>Развивают ловкость и смелость выполняя лазанье по гимнастической</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляю</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач;</p>	<p>Контроль техники выполнения (ползанье «попластунски» и перелезани</p>

	<p>кувырка в сторону. Игра «Бездомный заяц» Комбинированный</p>			<p>выполняют, повторяют ползание «по пластунски» и выполняют ползание и перелезание на оценку; повторяют кувырок в сторону, правила и играют в игру «Бездомный заяц»</p>	<p>стенке, ловкость и координацию движений при перелезание через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности выполняя лазанье и перелезание через гимнастические снаряды</p>	<p>т своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>е через препятствие)</p>
42	<p>Совершенствование упражнений гимнастики: «лодочка», «рыбка», «кольцо»; кувырок в сторону. Повторение упражнений на узкой рейке гим. скамейки: приседание, переход в упор присев, в упор</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют упражнения «лодочка», «рыбка», «кольцо»; кувырок в сторону на оценку; упражнения на узкой рейке гим. скамейки; повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»</p>	<p>Развивают ловкость, координацию при выполнении упражнений на узкой рейке гим. скамейки; учатся самостоятельно</p>	<p>Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюб</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи</p>	<p>Контроль техники выполнения (кувырок в сторону)</p>

	стоя на колене. Игра «Салки-выручалки» Комбинированный				контролировать качество выполнения упражнений гимнастики; развивают гибкость спины	ие и упорство в достижении поставленных целей	вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия	
43	Развитие гибкости в упражнениях «лодочка», «рыбка», «кольцо». Совершенствование упражнений на узкой рейке гим. скамейки. Игра «Салки-выручалки». Повторение пройденного материала	19.1 2- 25.1 2						Текущий
44	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	Закрепляют навык самостоятельного выполнения серии упражнений акробатики; учатся технически и правильно выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне; в доступной форме объяснять технику выполнения комбинации, находить	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	Текущий
45	Развитие двигательных качеств посредством акробатических упражнений. Закрепление гимнастической комбинации Игра «Займи обруч» Повторение			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат»,				Текущий

	<i>пройденного материала</i>			соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Займи обруч»	ошибки и их исправлять		итоگوی и пошаговый контроль;	
46	Совершенствование безопасного выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при выполнении гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом» Комбинированный	26.1 2 30.1 2		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют гимнастическую комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль техники выполнения (гимнастическая комбинация)
47	Совершенствование разученных ранее ОРУ с предметом. Объяснение и разучивание игровых действий эстафет с предметами. Игра «Ловишки с хвостиком» Комбинированный			Выполняют ОРУ с веревочкой; разучивают и выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру с веревочкой «Ловишки с хвостиком»	Учатся проводить разминку с предметом; закрепляют умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания учителя;	Текущий

48	<p>Развитие ловкости, быстроты, гибкости, координации эстафетах с акробатическим и и прикладными гимнастическим и упражнениями. Игра «Салки-ноги от земли» Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, повторяют и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползаньем «попластунски», лазаньем по гимнастической стенке, перелезание через препятствие; повторяют правила и играют в игру «Салки-ноги от земли»</p>	<p>Учатся выполнять командные действия в эстафете, совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать со сверстниками при проведении и соревнованиях</p>		<p>формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	Текущий
49	<p>Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. Правила переноски лыж и палок. Ходьба на лыжах. Игра «По местам» Комбинированный</p>	12.0 1- 18.0 1		<p>Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыжни, поведение на лыжне; подбирают по размеру ботинки, лыжи и палки; организованно выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать; выполняют движения на лыжах по кругу; играют в игру «По местам»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполняют команды с лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически и правильно выполняют движение на лыжах.</p>	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	<p>Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условия</p>	Текущий

							ми ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия	
50	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка» Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по лыжне; повторяют правила и играют в игру «Перестрелка»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Совершают технику ступающего и скользящего шага без палок.	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	Текущий

							ния действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
51	<p>Совершенствование ступающего и скользящего шагов без палок; поворотов на месте переступанием вокруг носков и пяток лыж. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику поворота переступанием на месте вокруг носков и пяток лыж и выполняют поворот на месте; двигаются ступающим и скользящим шагом по лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Закрепляют поворот переступанием на месте, выполняют повороты вправо и влево; учатся как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности</p>	<p>Оказывают бескорытную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; ориентируются</p>	Текущий

							на позицию партнера в общении и взаимодействии договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
52	<p>Повторение подъемов на склон и спуск в низкой стойке без палок. Совершенствование навыков передвигаться скользящим шагом по дистанции 1 км со средней скоростью.</p> <p>Комбинированный</p>	19.0 1- 25.0 1		<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют способы подъемов на склон: «лесенкой», «елочкой», спуск в низкой стойке; выполняют движение скользящим шагом по дистанции 1 км со средней скоростью; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся выполнять подъем на склон и спуск; передвигаться свободным скользящим шагом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в</p>	Текущий

							совместной деятельности	
53	<p>Обучение поворотам приставным шагом при прохождении дистанции скользящим шагом.</p> <p>Совершенствование подъемов на лыжах различными способами, спуска в основной стойке и торможению палками.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют способы и технику подъема на склон: «лесенкой», «елочкой», спуск в основной стойке; разучивают повороты приставным шагом в движении и выполняют при движение скользящим шагом по дистанции; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся выполнять подъем изученными способами, спуск в основной стойке; развивают координационные способности при спуске; учатся скользить на лыжах</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью</p>	
54	<p>Совершенствование различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. Прохождение дистанции 1.5 км в медленном темпе. Игра «Кто дальше прокатится».</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют различные виды торможения и поворотов при спуске с палками и без, выполняют подъем и спуск в игре «Кто дальше прокатится »;</p>	<p>Учатся корректировать технику торможений и поворотов при спуске на лыжах с палками и без, проходить длинную дистанцию скользящи</p>		<p>используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью</p>	Текущий

				проходят дистанцию 1.5 км скользящим шагом в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	м шагом в медленно м темпе, распредел яя силы по дистанции		ю; договар иваются о распределе нии функций и ролей в совмест ной деятельн ости	
55	Освоение техники лыжных ходов. Повторение попеременного двушажного хода без палок и с палками. Комбинированный	26.0 1- 1.02		Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют лыжные ходы, технику попеременного двушажного хода и выполняют движение по лыжне без палок; повторяют работу рук и выполняют движение с палками; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся техническ и правильно выполнят ь попеременный двушажный ход; развивать ловкость, скорость и вынослив ость при беге на лыжах; держать интервал при передвиж ении на лыжах	Понимаю т значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрыва ют внутреннюю позицию школьник а; про- являют дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство в достижен ии поставлен ных целей	Самосто ятельно выделяют и формули руют цели и способы их осуществ ления; принима ют и сохраня ют учебную задачу при выполне нии задания; принима ют инструк цию педагога и четко следуют ей; осуществ ляют итог	Текущий
56	Разучивание одновременных ходов. Совершенствовани е навыков передвижения попеременным двушажным ходом Комбинированный			Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику одновременных	Учатся техническ и правильно выполнят ь одновременные хода; координи		й и пошагов ый контрол ь; договар иваются и приходя т к	Текущий

	ый			ходов; выполняют одновременный безшажный и одношажный хода; повторяют технику попеременного двушажного хода и выполняют его на лыжне; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	ровать работу рук и ног при передвижении попеременным двушажным ходом		общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
57	Обучение поворотам на лыжах «упором». Совершенствование навыков передвижения одновременным и ходами. Обучение чередованию ходов Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают поворот «упором» и выполняют в движении; повторяют технику одновременных ходов и выполняют передвижение по дистанции чередуя одновременные и попеременный хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять повороты на лыжах изученными способами; ; технически и правильно применять на дистанции лыжные хода	Проявляют положительные качества личности; умеют управлять эмоциями в различных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения ; задают	Текущий

							вопросы , обраща ются за помощ ю; договар иваются о распреде лении функций и ролей в совмест ной деятельн ости	
58	Совершенствовани е поворотов на месте и в движении. Закрепление навыков падения на бок на месте и в движении под уклон; чередование лыжных ходов во время передвижения по дистанции. Разучивание игры «Затормози до линии» Комбинированный	2.02 - 8.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют падение на бок на месте и в движении, играют в игру «Затормози до линии»; повторяют повороты на месте и в движении; проходят по дистанции чередуя разученные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнят ь движение на лыжах по дистанции с поворотам и; применять падение на бок на дистанции и в движении под уклон; Проходит ь по дистанции чередуя лыжные хода	Ориентир уются на развитие мотивов учебной деятельно сти и формиров ание личностн ого смысла учения; проявляют дисципли нированн ость трудолюб ие и упорство в достижен ии постав ленных целей	Самосто ятельно выделяю т и формули руют познават ельные цели; использ уют общие приемы решения поставле нных задач; планиру ют свои действи я в соответс твии с поставле нной задачей и условия ми ее реализац ии; оценива ют правиль ность выполне ния	Текущий
59	Совершенствовани е умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции 1.5км Игра «Охотники и олени» Повторение пройденного			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику лыжных ходов и выполняют передвижение по	Учатся применять лыжные хода в зависимос ти от участка дистанции ; координи ровать работу рук и ног			Текущий

	<i>материала</i>			дистанции чередуя хода 1.5км.; играют в игру «Охотники и олени»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	при передвижении лыжными ходами; распределять силы на больших дистанциях		действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов
60	Повторение торможение лыжами «плугом». Развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции 1.5км. в медленном темпе Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжную, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют торможение лыжами «плугом»; выполняют передвижение по дистанции до 1.5км. в медленном темпе, применяя торможение «плугом»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся выполнять торможение «плугом» в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и

							приходят к общему решению в совместной деятельности	
61	<p>Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Совершенствование подъемов и спусков. Прохождение дистанции до 1.8км. Комбинированный</p>	9.02 - 15.02		<p>Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах «змейкой»; подъем в горку ступающим шагом прямо и косо, «елочкой», «лесенкой»; передвигаются по дистанции 1.8км. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; ; передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера</p>	Текущий
62	<p>Совершенствование лыжных ходов, поворотов, подъемов, спусков, торможение. Прохождение дистанции 2км. в среднем темпе Повторение пройденного материала</p>			<p>Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2км. в среднем темпе, применяя ранее изученные хода, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся передвигаться по дистанции разученными способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и</p>	<p>а сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Текущий

						взрослым и		
63	<p>Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1.5км в быстром темпе без учета времени.</p> <p>Разучивание игры «Подними предмет»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1.5км в быстром темпе без учета времени; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся правильно называть лыжный инвентарь ; передвигаться на лыжах в быстром темпе; выполняют разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговую и пошаговую контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию</p>	<p>Контроль двигательных качеств (прохождение на лыжах дистанции 1.5км без учета времени)</p>
64	<p>Развитие внимания, двигательных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж.</p> <p>Разучивание игры «На буксире»</p> <p>Комбинированный</p>	16.0 2- 22.0 2		<p>Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне в разминочном темпе; играют на лыжах в игру «На буксире» и другие игры на лыжах и без лыж; возвращаются в школу</p>	<p>Закрепляют навыки лыжной подготовки; учатся организовывать и проводить игры со сверстниками; оказывать посильную и поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно объяснять ошибки и способы</p>	<p>Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>цию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговую и пошаговую контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию</p>	<p>Текущий</p>

					их устранени я		партнер а в общени и и взаимод ействии	
65	<p>Правилами безопасности при разучивании элементов спортивных игр. Разучивание ОРУ с большим мячом. Повторение броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Повторяют правилами поведения на уроках при обучении элементов спортивных игр; выполняют упражнения с большим мячом; повторяют броски и ловлю мяча разными способами; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»</p>	<p>Учатся соблюдать правила ТБ с мячом для предупреждения травматизма; совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении бросков и ловли большого мяча разными способами ; развивают выносливость, быстроту при проведении игры</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	<p>Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и</p>	Текущий
66	<p>Совершенствование передач и ловли мяча в парах. Игра «Охотники и утки»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют упражнения с большим мячом; повторяют способы передачи мяча в парах: снизу, сверху, от груди, от плеча, сбоку, от плеча; выполняют передачи и ловлю мяча в парах; повторяют правила и играют в игру «Охотник и утки»</p>	<p>Учатся взаимодействовать с партнером во время броска и правильной ловли мяча; выполняют передачи разными способами</p>	<p>Оказывают посильную и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебной</p>	<p>условия ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют</p>	Текущий

					; организовывать и проводить игры, соблюдая правила	задачи, объясняют ошибки и способы их устранения	речь для регуляции своего действия	
67	Разучивание упражнений с мал. мячами. Повторение способов бросков и ловли мал. мяча. Игра «Мяч соседу» Комбинированный	24.02-2.03		Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют способы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол; повторяют правила и играют в игру «Мяч соседу»	Знакомятся как правильно выполнять броски и ловлю малого мяча; учатся выполнять упражнения с мал. мячами; правильно броска и ловли малого мяча одной и двумя руками	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставле	Текущий
68	Совершенствование навыков бросков и ловли мал. мяча. Повторение бросков мяча одной рукой в цель. Игра «Мяч среднему» Комбинированный			Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча разными способами одной и двумя руками; повторяют и выполняют броски одной рукой в цель; играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технично и правильно бросать и ловить мал. мяч одной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	ной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий
69	Совершенствование			Повторяют ОРУ с	Развивают	Раскрыва	Ориенти	Текущий

	<p>ние упражнений с бол. мячом. Развитие внимания, координации в упражнениях с мячом у стены. Повторение ведение мяча на месте. Игра «Собачка»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>большим мячом; ведение мяча на месте; способы бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»</p>	<p>глазомер и контролируют силу броска при выполнении броска и ловли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками</p>	<p>ют внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>руются в разнообразии способов в решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов</p>	
70	<p>Совершенствование ведение мяча на месте и в движении по прямой. Игра «Мяч из круга»</p> <p>Зачет</p>	3.03 - 12.03		<p>Выполняют ОРУ; повторяют технику ведения мяча на месте и в движении, выполняют ведение на месте и в движении разными способами : двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выполняют ведение на месте на оценку; повторяют</p>	<p>Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами ; соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинирован</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации</p>	<p>Контроль техники выполнения (ведение мяча на месте)</p>

				правила и играют в игру «Мяч из круга»		ость трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	ции; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	
71	Совершенствование ведение мяча в движении по прямой и «змейкой». Игра «Ловишки с мячом» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ; повторяют ведение в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змейкой»; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с мячом»				Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)
72	Совершенствование техники бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху». Игра «Бросок мяча в колонне» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху», выполняют броски; повторяют правила и играют в игру «Бросок мяча в колонне»	Закрепляют навыки выполнения бросков мяча в кольцо разными способами;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и	Текущий
73	Развитие двигательных качеств, выносливости, быстроты в бросках мяча в кольцо после ведения. Повторение передач мяча в парах. Игра «Мяч по кругу» <i>Повторение</i>	13.0 3- 19.0 3		Выполняют ОРУ; повторяют технику бросков мяча в кольцо способами «снизу» и «сверху», выполняют броски одной и двумя руками после ведения; повторяют передачи мяча в парах разными способами; повторяют правила	контролировать силу и высоту броска; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми и	имые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характер	Текущий

	<i>пройденного материала</i>			и играют в игру «Мяч по кругу»			а сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
74	Совершенствование баскетбольных упражнениях с мячом в парах. Повторение ведение мяча с изменением направления движения. Игра «Гонка мячей в колонне» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах на месте и выполняют на оценку; выполняют передачу мяча после ведения в паре; ведение мяча с изменением направления движения; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»	Учатся выполнять передачу мяча в парах на месте контролируя технику выполнения; ведение мяча с изменением направления движения; развивают глазомер выполняя передачу после ведения	Понимают значение знаний и умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговую и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и	Контроль выполнения (передачи мяча в парах)

							взаимод ействии	
75	<p>Совершенствовани е ведение мяча с передвижением приставными шагами, с изменением направления движения; бросок в кольцо. Игра «Вышибалы» Повторение пройденного материала</p>			<p>Выполняют ОРУ; выполняют ведение мяча в движении приставным шагом прямо и боком (правым, левым), с изменением направления движения; бросок в кольцо после ведения; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»</p>	<p>Развивают ловкость и координац ию при выполнен ии ведения мяча в движении приставн ыми шагами; учатся выполнят ь остановку прыжком</p>	<p>Проявляют дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство в достижен ии поставлен ных целей</p>	<p>Ставят и формули руют проблем ы; ориенти руются в разнооб разии способо в решения задач, выполня ют действи я в соответс твии с поставле нной задачей и условия ми ее реализац ии; использ уют установ ленные правила в контрол е способа решения ; договар иваются с партнер ом о распреде лении функций и ролей в совмест ной деятельн ости</p>	Текущий
76	Повторение	20.0		Выполняют ОРУ без	Учатся	Проявляют	Используй	Текущий

	<p>бросков набивного мяча разными способами. Разучивание игры «Вышибалы двумя мячами» Комбинированный</p>	<p>3-24.03</p>		<p>предмета; повторяют способы бросков набивного мяча, повторяют правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; разучивают правила и играют в игру «Вышибалы двумя мячами»</p>	<p>технически и правильно выполняют бросок набивного мяча; взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх с мячом; развивают силу рук и глазомер при выполнении бросков набивного мяча</p>	<p>Т дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказываю т посильную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>уют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей;</p>	
<p>77</p>	<p>Совершенствование бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка» Комбинированный</p>			<p>Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы, выполняют броски в парах; выполняют броски из-за головы на оценку ; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»</p>	<p>Учатся контролировать силу и точность броска; находить отличительные особенности в выполнении бросков разными учениками; контролировать технику своего выполнения и другими учениками</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии;</p>	<p>Контроль за развитием двигательных качеств(броски набивного мяча).</p>

							ействии	
78	<p>Разучивание эстафет с ведением, передачей мяча, броском в корзину. Развитие быстроты, ловкости, внимания, координации в эстафетах с мячом</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с ведением, передачей, броском мяча в корзину</p>	<p>Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильно го выполнения заданий с мячом; выполняю командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Текущий
79	<p>ТБ на уроках с мячом. Повторение передачи волейбольного мяча в парах, броски и ловлю мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч»</p> <p>Комбинированный</p>	3.04 - 9.04		<p>Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют общеразвивающие упражнения с бол. мячом; вспоминают какие бывают игры с мячом через сетку; повторяют передачи волейбольного мяча</p>	<p>Учатся выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой в парах и</p>	<p>Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированн</p>	<p>Оrientируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия</p>	Текущий

	ый			в парах и правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; играют в игру «Перекинь мяч»	через сетку; развивают силу и высоту броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	ость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	я в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
80	Совершенствование бросков мяча через сетку: одной и двумя руками от плеча, сверху из-за головы, снизу; ловли высоко летящего мяча. Игра «Выстрел в небо» Повторение пройденного материала			Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от плеча, выполняют броски и ловлю мяча через сетку разными способами; повторяют правила и играют в игру «Выстрел в небо»	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами; правильно ставить руки при бросках и ловле мяча; развивают силу и высоту броска; играют соблюдая правила и контролируя свои	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструк	Текущий

					действия и действия соперника		цию педагога и четко следуют ей; осущест вляют итого- вый и пошагов ый контрол ь; договар иваются и приходя т к общему решени ю в совмест ной деятельн ости, ориенти руются на позицию партнер а во взаимод ействии	
81	Повторение подачи мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; повторяют отжимание от пола и выполняют на результат; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условия	Контроль двигательных качеств (отжимание).

							ми ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	
82	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол» Комбинированный	10.0 4- 16.0 4		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски ловлю мяча через сетку разными способами; выполняют броски и ловлю высоко летящего мяча; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать с игроками в команде; оценивать и контролировать игровую ситуацию	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций	Текущий

							и ролей в совместной деятельности	
	Совершенствование подачи, передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания, ловкости, силы броска в игре «Пионербол» Повторение пройденного материала			Выполняют ОРУ с хлопками; повторяют подачи, передачи, броски разными способами и ловлю мяча через сетку; выполняют на оценку броски и ловлю мяча через сетку; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Закрепляют навык выполнения подачи, передачи, броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время игры; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (броски и ловля мяча через сетку)

<p>ТБ при обучении элементам футбола. Повторение ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии, по дуге. Игра «Гонка мячей»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Повторяют ТБ при обучении элементам игры в футбол; выполняют ОРУ; повторяют технику и выполняют ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии и по дуге; повторяют приседание; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей»</p>	<p>Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма при изучении элементов игры в футбол; навыкам ведения мяча ногами; развивают силу ног</p>	<p>Понимаю т значение физического развития для человека; имеют желание учиться</p>	<p>Выделяют и формулируют цели и способы их осуществления с помощью учителя; ориентируются в разнообразии способов в решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условия ми ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения ; договариваются о распределении функций и ролей в совместной</p>	Текущий
--	--	--	--	--	--	--	---------

							деятельности	
85	<p>Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу и с обводкой стоек. Контроль за развитием двигательных качеств: приседание. Игра «Слалом с мячом»</p> <p>Комбинированный</p>	17.0 4- 23.0 4		<p>Выполняют ОРУ; повторяют технику ведение мяча внутренней и внешней частью стопы и выполняют ведение разными способами с остановкой по сигналу и «змейкой» с обводкой стоек; выполняют приседание за 1 мин. На результат; повторяют правила и играют в игру «Слалом с мячом»</p>	<p>Учатся выполнять ведение мяча ногами различными способами ; контролируют мяч; соблюдать правила взаимодействия с игроками; развивают силу ног</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (приседание).</p>
86	<p>Совершенствование умения останавливать катящийся мяч внутренней частью стопы.</p>			<p>Выполняют ОРУ; повторяют технику остановки катящегося мяча внутренней частью стопы; знакомятся с</p>	<p>Учатся технике ведения и остановки мяча; знакомятс</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной</p>	<p>Самостоятельно ставят, формулируют и решают</p>	<p>Текущий</p>

	<p>Игра вратаря. Игра «Футбольный бильярд» Комбинированный</p>			<p>игрой вратаря, выполняют пенальти в ворота; повторяют правила и играют в игру «Футбольный бильярд»</p>	<p>я с игрой вратаря, что такое пенальти и за что его назначают ; взаимодействовать с партнером в игре в футбол</p>	<p>деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	
87	<p>Повторение передачи и приема мяча ногами в паре на месте и с продвижением. Разучивание жонглирование ногой. Игра в мини футбол по упрощенным правилам. Комбинированный</p>			<p>Выполняют ОРУ; повторяют и выполняют передачи и прием мяча ногами в паре на месте и с продвижением вперед; разучивают и выполняют жонглирование мяча ногой; повторяют правила и играют в мини футбол по упрощенным правилам</p>	<p>Учатся технике передачи и приему мяча в паре; технически и правильно выполняют элементы игры в футбол; распределять роли игроков в команде</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после завершения на</p>	Текущий

							основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; задают вопросы ; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
88	<p>Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на перекладине. Игра «Пустое место» Комбинированный</p>	24.04-30.04		<p>Повторяют ТБ на уроках легкой атлетики; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на перекладине из положения виса лежа (девочки), виса стоя (мальчики) и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»</p>	<p>Совершают навык технички и правильно выполняют прыжок в длину с места; в доступной форме объясняют технику прыжка в длину с места, анализируют и находят ошибки при выполнении, их исправляют</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и</p>	<p>Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)</p>

					ь; развивают силу рук и вынослив ость		оценку учителя; ориенти руются на позицию партнер а в общени и и взаимод ействии	
	Совершенствовани е прыжков в длину с места и с разбега. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» Комбинированный			Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; выполняют эстафету «Кто дальше прыгнет»	Учатся техническ и правильно выполнят ь прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасно го приземлен ия; прыжок в длину с места; взаимодей ствовать со сверстник ами во время игры	Раскрыва ют внутренн ую позицию школьник а; умеют при общении со сверстник ами и взрослым и	Ориенти руются в разнооб разии способо в решения задач; планиру ют свои действи я в соответс твии с поставле нной задачей и условия ми ее реализац ии; формули руют собствен ное мнение и позицию ; договар иваются и приходя т к общему решени ю в совмест ной деятельн ости, в том	Текущий

							числе в ситуации столкновения интересов	
90	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Повторение прыжков через низкие барьеры. Игра «Дни недели» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на результат; повторяют прыжки через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; играют в игру «Дни недели»	Учатся выполнять прыжки через низкие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)
91	Строевые упражнения. Контроль пульса. Развитие координации в упражнениях с гимнастическим	1.05 - 7.05		Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают	Повторяют строевые упражнения; учатся находить и	Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками;	Самостоятельно выделяют и формулируют познават	Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбега)

	<p>и палками. Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическим и палками. Комбинированный</p>			<p>пульс; выполняют общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками; повторяют прыжок в длину с разбега на гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками</p>	<p>подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при выполнении упражнений с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками</p>	<p>ельные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	
92	<p>Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинированный</p>			<p>Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон вперед из положения стоя; повторяют технику и выполняют прыжок в высоту; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»</p>	<p>Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; технически и правильно выполняют прыжок в высоту с разбега; развивают</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляю т своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно восприн</p>	<p>Контроль двигательных качеств (гибкость)</p>

					гибкость		имают оценку учителя; ориенти руются на позицию партнер а в общени и и взаимод ействии	
93	Совершенствовани е навыков выполнения упражнений на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание ». Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжок в высоту с разбега; играют в игру «Космонавты»	Развивают мышцы пресса, закрепля я навык подниман ия туловища из положени я лежа на спине, прыгучест ь и ловкость выполняя прыжок в высоту; соблюдаю т правила взаимодей ствия с игроками при проведени и игры	Проявляют дисципли нированн ость, трудолюб ие и упорство в достижен ии поставлен ных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстник ами и взрослым и	Использ уют общие приемы решения поставле нных задач; принима ют и сохраня ют учебную задачу при выполне нии задания и участии в игре; принима ют инструк цию педагога и четко следуют ей; осущест вляют итого- вый и пошагов ый контрол ь; ориенти руются на позицию партнер	Текущий

							а в общении и взаимодействии	
94	Совершенствование бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые ребята» Комбинированный	8.05 - 14.05		Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат; повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить подвижные игры	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за 1 мин)
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Повторение прыжков со			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют способы прыжков со	Учатся выполнять прыжки со скакалкой	Проявляют дисциплинированность,	Оrientируются в разнообразии способов	Текущий

	скакалкой; бросков мал. мяча в цель. Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинированный			скакалкой, выполняют прыжки; выполняют броски мал. мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	; соблюдать правила безопасности; развивают внимательность посредством игры	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	в решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
96	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок в высоту на оценку за технику; повторяют правила и играют в игру «Кто сказал мяу»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброе взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)	
97	Правила безопасности на улице. Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный	15.0 5- 21.0 5		Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику высокого и низкого старта, выполняют бег с ускорением, бег 30м; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового	Проявляют положительные качества личности и управляю т своими эмоциями в различных нестандартных	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия	Текущий

	<i>ый</i>				о ускорения	ситуациях	я; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	
98	Развитие двигательных качеств во время выполнения упражнений полосы препятствий. Совершенствование техники челночного бега. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег на 30 м. на результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Развивают скоростно-силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и характера	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)

					различных условиях		а сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
99	<p>Развитие выносливости посредством бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м..Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»</p>	<p>Учатся равномерно распределить свои силы во время длительного бега; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега и преодолевая препятствия</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (челночный бег)</p>

100	<p>Совершенствование навыков бега на длительное время; метание мал. на дальность. Контроль за развитием двигательных качеств: метание на дальность. Игра «Море волнуется» Комбинированный</p>	22.0 5- 26.0 5		<p>Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого мяча; выполняют метание мал. мяча на дальность и выполняют метание на результат; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»</p>	<p>Учатся правильно постановке руки при метании мяча на дальность; грамотно использовать технику метания мяча выполняя метание на результат</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Контроль двигательных качеств (метание на дальность)</p>
101	<p>Развитие выносливости и быстроты в круговой тренировке. Контроль за развитием двигательных качеств: бег 1000м без учета времени. Игра «Вороны и воробьи» Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями по кругу; ОРУ; выполняют бег 1000м без учета времени на оценку; повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробьи»</p>	<p>Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег на 1000м ;</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляю т своими эмоциями в различных нестандартных</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при</p>	<p>Контроль двигательных качеств (бег 1000м)</p>

						ситуациях	выполнении задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
10 2	Развитие внимания, ловкости, быстроты, координации движений в эстафетах «Веселые старты» с бегом, прыжками, метанием.			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с бегом, прыжками, метанием.	Учатся выполнять задания для развития силы, выносливости и ловкости различными способами; закрепляют умения и навыки выполнения основных видов движений	Ориентируются на добродетельное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность; оказывают помощь своим сверстникам, находят с ними	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета	Текущий

						общий язык и общие интересы	характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности
--	--	--	--	--	--	-----------------------------	--

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 4 класс

1	2	3	4	5	6	7	8	9
№ ур о- ка	Тема урока, <i>тип урока</i>	Дата проведения		Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты			Форма контр оля, контр ольны е матер иалы
		пла н	фак т		Предметные	Личностные	Метапре дметные	
Раздел программы №1. Легкая атлетика. Подвижные игры (24 часа)								
1	Правила ТБ на уроках легкой атлетики на улице и в зале. Разучивание сдачи рапорта дежурным. Построение в шеренгу, колонну, выполнение строевых команд. Содержание комплекса утренней гимнастики. Игра «Салки» Комбинированный	1.09 - 7.09		Знакомятся с правилами поведения на уроках легкой атлетики в спортивном зале и на улице, с содержанием и организацией комплекса утренней гимнастики; разучивают рапорт дежурного; учатся слушать и выполнять команды «Равняйсь», «Смирно», «Вольно», построению в шеренгу, колонну по росту, бег в рассыпную и нахождение места в строю, выполнять комплекс утренней гимнастики; играть в игру «Салки»	Соблюдают правила безопасного поведения на уроке; учатся сдавать рапорт; выполнять действия по образцу, строиться в шеренгу, колонну по росту, развивают двигательные качества в упражнениях утренней гимнастики	Проявляют учебно-познавательный интерес к урокам физкультуры, развивают готовность к сотрудничеству	Используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют речь для регуляции своих действий;	Текущий

							договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
2	Совершенствование строевых упражнений; прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном трехминутном беге. Игра «Ловишка». Комбинированный			Строятся в шеренгу, дежурный сдает рапорт; выполняют медленный непрерывный бег в течение 3-х мин., комплекс утренней гимнастики, повторяют технику прыжка в длину с места и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишка»	Выполняют команды на построение и перестроение, учатся самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, технически правильно отталкиваться и приземляться; развивают выносливость в беге	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Выделяют и формулируют цели с помощью педагога; используют общие приемы решения поставленных задач; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Текущий
3	Разучивание специальных беговых упражнений. Совершенствование высокого,			Повторяют построение в шеренгу, сдачу рапорта, выполняют беговую разминку, комплекс утренней гимнастики;	Выполняют организующие строевые команды и приемы, разминку, разминаются	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности;	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную	Текущий

	<p>среднего и низкого старта; стартового ускорения; бег 30м., челночный бег. Игра «Салки с домом».</p> <p>Комбинированный</p>			<p>повторяют высокий, средний, низкий старт; выполняют бег с высокого старта на 30 м, повторяют технику челночного бега и выполняют бег 3*10м.; повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»</p>	<p>применяя специальные беговые упражнения; закрепляют навык техниче ски правильно: принимать положение высокого, среднего, низкого старта; выполнять стартовое ускорение; бег на скорость 30м; челночный бег</p>	<p>осуществляют самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе оценки и учета сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	
4	<p>Совершенство вание техники челночного бега. Контроль двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди»</p> <p>Комбинированный</p>	<p>8.09 - 14.09</p>	<p>Выполняют задания в ходьбе для стопы и беге, выполняют комплекс упражнений с хлопками, повторяют «челночный бег» и выполняют его на время, повторяют правила и играют в игру «Гуси-лебеди»</p>	<p>Корректируют технику челночного бега, как выполнять поворот в челночном беге; учатся техниче ски правильно выполнять поворот в челночном беге, правильно держать корпус и руки при беге в</p>	<p>Раскрывают внутреннюю позицию школьника, стремятся достичь хороших результатов в беге, проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и</p>	<p>Контроль двигательных качеств (челночный бег)</p>	

					сочетании с дыханием; выполнять челночный бег на скорость		пошаговой контроль; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
5	Совершенство вание техники бега. Развитие силы и ловкости в прыжках в длину с места. Игра «Удочка». Комбинированный			Выполняют легкоатлетические упражнения и бег в медленном, равномерном темпе в течении 4-х минут; повторяют технику движения рук и ног в прыжке в длину с места, выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Удочка»	Учатся выполнять легкоатлетические упражнения; прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности и во время приземления ; технике движения рук и ног в прыжках; правильному дыханию во время бега	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиям и ее реализации, оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий

6	<p>Развитие внимания, координации, ориентировке в пространстве в строевых упражнениях. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Игра «Жмурки».</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют строевые упражнения: повороты, ходьба «змейкой», по кругу, по спирали, повторяют прыжок в длину с места и выполняют его на результат; повторяют правила и играют в игру «Жмурки»</p>	<p>Учатся правильно выполнять строевые упражнения, выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников; технически правильно выполнять прыжок в длину с места и контролировать результат своего прыжка</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)</p>
7	<p>Ознакомление с историей развития физкультуры в России и ее значение для подготовки солдат. Развитие выносливости в медленном беге в течении 5 минут. Повторение метания мал. мяча на дальность с места и с трех</p>	15.0 9- 21.0 9		<p>Знакомятся с развитием физкультуры в России и ее значением для подготовки солдат; выполняют упражнения под заданный ритм и темп, повторяют медленный, непрерывный бег до 5 минут; повторяют как выполнять метание мал. мяча на дальность с места и с трех шагов разбега, выполняют</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять метание мал. мяча на дальность, держать корпус, делать три шага в сочетании с замахом и броском; контролировать темп бега, дыхание на</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни, вносят</p>	<p>Текущий</p>

	шагов разбега. Игра «Метатели». Комбинированный			метание; играют в игру «Метатели»	длинную дистанцию		необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
8	Развитие выносливости в медленном беге до 6 минут. Контроль двигательных качеств: метание на дальность. Развитие двигательных качеств посредством игры «Подвижная цель» Комбинированный			Повторяют правила контроля двигательных качеств, повторяют метание мал. мяча на дальность, выполняют метание на результат, играют в игру «Подвижная цель»	Совершенствуют координационные способности, глазомер, силу броска при выполнении метания; учатся выполнять упражнения с соблюдением очередности и правил безопасности; соблюдать правила взаимодейст		Используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственн	Контроль двигательных качеств (метание)

					вия с игроками в команде		ое мнение, используют речь для регуляции и своего действия	
9	Объяснение взаимосвязи физической подготовки с развитием систем дыхания и кровообращения. Контроль двигательных качеств: бег 1 км без учета времени. Разучивание беговых упражнений в эстафете Комбинированный			Знакомятся с взаимосвязью физической подготовки с развитием систем дыхания и кровообращения; повторяют как распределять силы по дистанции, выполняют бег на выносливость на оценку, комплекс УГГ; разучивают и выполняют эстафеты с беговыми упражнениями	Учатся равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега; оценивать величину нагрузки по частоте пульса; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируют себя на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, соотносят изученные понятия с примерами и из реальной жизни, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиям и ее реализации, формулируют собственное мнение, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (бег на выносливость)
10	Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в	22.09-28.09		Знакомятся как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях,	Развивают скорость, внимание, координацию при выполнении	Проявляют положительные качества личности и управляют своими	Используют общие приемы решения поставленных	Текущий

	<p>беге на 30 м. Игра «Третий лишний» Комбинирован ный</p>			<p>выполняют медленный и быстрый бег, Комплекс УГГ; выполняют бег на скорость на 30м; повторяют правила и играют в игру «Третий лишний»</p>	<p>беговых упражнений со сменой темпа; учатся выполнять легкоатлетич еские упражнения в беге на различные дистанции</p>	<p>эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>задач; оцениваю т свои достижен ия, соотносят изученны е понятия с примерам и; планирую т свои действия в соответст вии с задачей и условиям и ее реализаци и, формулир уют вопросы, использу ют речь для регуляци и своих действий</p>	
11	<p>Контроль двигательных качеств: бег на 30 м с высокого старта. Развитие двигательных качеств посредством игр. Игра «Волк во рву» Комбинирован ный</p>			<p>Выполняют разминочный бег в различном темпе, ОРУ; бег на скорость на различные дистанции; бег 30м с высокого старта на результат; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»</p>	<p>Учатся правильной технике бега, как правильно стартовать и финиширова ть; соблюдать правила поведения и предупрежде ния травматизма во время бега; развивают беговые и прыжковые качества во время игры</p>	<p>Раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируютс я на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	<p>Самостоя тельно формулир уют и решают учебную задачу, соотносят изученны е понятия с примерам и из реальной жизни; планирую т свои действия в соответст вии с задачей и условиям и ее</p>	<p>Контр оль двига тельн ых качес тв (бег на 30м)</p>

							реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
12	<p>Объяснение правил поведения и ТБ в спортивном зале и во время упражнений со спортивным инвентарем. Развитие внимания, мышления, координации в общеразвивающих упражнениях. Игра «Охотник и зайцы».</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале и на уроках с использованием спортивного инвентаря; выполняют задания в ходьбе и беге, комплекс упражнений в движении и на месте; повторяют правила и играют в игру «Охотник и зайцы»</p>	<p>Учатся соблюдать правила безопасного поведения; совместным командным действиям во время игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют</p>	Текущий

							ИТОГОВЫЙ и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
13	Совершенство вание перестроений в две шеренги, в две колонны. Повторение подъем туловища из положения лежа на спине, подтягивание на перекладине. Игра «Море волнуется» Комбинированный	29.09-5.10		Повторяют строевые упражнения: расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения, повторяют как выполняется подъем туловища из положения лежа на спине и подтягивание на перекладине, выполняют их; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»	Учатся выполнять: построения, расчет и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения; правильно выполнять подъем туловища за определенный отрезок времени, подтягивание на перекладине	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиями ее реализации, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий
14	Совершенство вание строевых упражнений. Обучение упражнениям в паре. Контроль			Выполняют расчет на 1-ый, 2-ой и перестроение в две шеренги и две колонны; упражнения в парах, выполняют подъем	Учатся выполнять организующие строевые команды и приемы; правилам	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности;	Самостоятельно формулируют проблемы и находят способы	Контроль двигательных качеств

	<p>двигательных качеств: подъем туловища за 1 мин. Развитие памяти и внимания в игре «Отгадай, чей голосок»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>туловища за 1 мин на результат; разучивают правила и играют в игру на внимание «Отгадай, чей голосок»</p>	<p>взаимодействия при выполнении упражнений в паре, контролировать развитие двигательных качеств, выполняя подъем туловища на скорость; выполнять упражнения добиваясь конечного результата.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>их решения, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, формулируют собственное мнение и позицию, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	<p>(подъем туловища)</p>
15	<p>Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Контроль двигательных качеств: подтягивание</p>			<p>Выполняют упражнения с гимнастической палкой, упражнения для стопы с гимнастической палкой; знакомятся какие качества</p>	<p>Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время</p>	<p>Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные</p>	<p>Контроль двигательных качеств (подт</p>

	<p>на перекладине. Эстафеты с гимнастической палкой.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>развиваются при подтягивании на перекладине; выполняют подтягивание на результат; выполняют эстафеты с гимнастической палкой</p>	<p>занятий с предметами; развивают координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с гимнастической палкой, выполняют упражнения для стопы с целью профилактики плоскостопия; развивают выносливость и силу рук.</p>	<p>дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>цели, используют общие приемы решения поставленных задач, оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; контролируют действия партнера</p>	<p>ягивание из виса лежа)</p>
16	<p>Повторение прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Ноги на весу»</p> <p>Комбинированный</p>	<p>6.10 - 12.10</p>		<p>Выполняют упражнения с гимнастической палкой и упражнения для стопы, повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют его, повторяют правила и играют в игру «Ноги на весу»</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять разбег, отталкивание и приземление в прыжке в длину с разбега способом «согнув ноги»; находят отличительные особенности</p>		<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оцениваю</p>	<p>Текущий</p>

					В выполнении прыжков разными учениками		Т правильность выполнения действия; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
17	Совершенство вание прыжков на одной и двух ногах; отжимание от пола; прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Игра «День и ночь» Комбинированный			Повторяют упражнения с гимнастической палкой, выполняют прыжки на одной и двух ногах разными способами, отжимание от пола; повторяют технику и выполняют прыжок в длину с разбега на гим. мат на оценку, повторяют правила и играют в игру «День и ночь»	Контролируют способность прыгать на одной и двух ногах в разных условиях, учатся прыгать на одной ноге сохраняя равновесие, прыгать в длину с разбега, выполняют прыжки соблюдая правила безопасности и для предупреждения травматизма	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью	Контроль техники выполнения прыжка в длину с разбега)

							;	договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
18	<p>Совершенство прыжков из обруча в обруч, ОРУ с обручем; пролезание в обруч разными способами.</p> <p>Контроль двигательных качеств: отжимание от пола.</p> <p>Эстафеты с обручем.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют упражнения с обручем; повторяют способы пролезания в обруч: прямо и боком; как правильно выполняется пролезание и выполняют поточным методом; выполняют отжимание на результат; выполняют эстафеты с обручем</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять упражнения с обручем; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма; развивают быстроту, ловкость, внимательность при выполнении эстафет</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями при общении со сверстниками</p>		Контроль двигательных качеств (отжимание)	
19	<p>Совершенство прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Ловишки с хвостиком»</p> <p>Комбинированный</p>	13.10-19.10		<p>Выполняют комплекс ОРУ с веревочкой, прыжки на двух и одной ноге через веревочки положенные «лесенкой», повторяют технику прыжка в высоту с разбега и выполняют его; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с хвостиком»</p>	<p>Контролируют способность прыгать на двух ногах (ноги вместе) и одной ноге сохраняя равновесие, учатся технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; играют соблюдая правила</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и</p>	Текущий	

							приходят к общему решению в совместной деятельности	
20	<p>Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Повторение ползанье по гимнастической скамейке, приседание. Контроль двигательных качеств: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Удочка»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Разучивают и выполняют упражнения на гимнастической скамейке, ползанье по гимнастической скамейке разными способами: на коленях, на животе, приседание; выполняют прыжок в высоту с разбега на результат; повторяют правила и играют в игру «Удочка»</p>	<p>Учатся выполнять упражнения используя гимнастические снаряды, регулировать физическую нагрузку во время занятий; контролировать технику и результат выполнения прыжка в высоту; взаимодействовать со сверстниками и по правилам проведения игровых упражнений</p>	<p>Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в</p>	<p>Контроль двигательных качеств (прыжок в высоту с разбега)</p>

							совместно й деятельно сти	
21	<p>Совершенство вание основных видов деятельности на полосе препятствий. Контроль двигательных качеств: приседание. Игра «Вороны и воробьи»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют упражнения на гимнастической скамейке, разбирают какие основные виды деятельности используются на полосе препятствий, выполняют упражнения полосы препятствий: ползание по гимнастической скамейке, прыжок через препятствие, проползание под препятствием; выполняют приседание за 1 мин.; играют в игру «Вороны и воробьи»</p>	<p>Развивают выносливость, ловкость и координацию при выполнении упражнений полосы препятствий; учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений при приседании на результат</p>	<p>Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации; оценивают правильность выполнения действия, адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (приседание)</p>
22	<p>Совершенство вание упражнений и заданий в парах; метание мал. мяча в цель. Игра «Чехарда»</p> <p>Комбинированный</p>	20.1 0- 28.1 0		<p>Выполняют упражнения в парах и задания в парах: «тачка», «сиамские близнецы», «три ноги», «лиса и кот»; повторяют метание мал. мяча в цель (вертикальную, горизонтальную); повторяют правила и играют в игру «Чехарда»</p>	<p>Учатся выполнять упражнения в парах и с помощью партнера; взаимодействовать со сверстниками и по правилам проведения игровых</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; формулируют учебные задачи вместе с учителем;</p>	<p>Текущий</p>

					упражнений; развивают силу рук и ловкость; газомер и точность в метании в цель		вносят измени я в план действия; формулир уют собствен ое мнение и позицию; договарив аются и приходят к общему решению в совместно й деятельно сти	
23	Совершенство вание метание мал. мяча в цель. Обучение упражнениям для сохранения осанки. Эстафеты с мешочком с песком. Комбинирован ный			Выполняют общеразвивающие упражнения по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, повторяют метание мал. мяча в вертикальную и горизонтальную цель; выполняют эстафеты с мешочком с песком с ходьбой, ползанием, прыжками, метанием	Учатся самостоятел ьно организовыв ать и проводить разминку и упражнения для осанки; развивают газомер в метании в цель; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала		Самостоя тельно выделяют и формулир уют познавате льные цели; использу ют общие приемы решения поставлен ных задач; планирую т свои действия в соответст вии с поставлен ной задачей и условиям и ее реализаци и; формулир уют собствен ое мнение и позицию;	Теку щий
24	Развитие двигательных качеств: выносливости, ловкости, быстроты в эстафетах «Веселые старты» Комбинирован ный			Выполняют ОРУ по одному, учатся показывать и считать при выполнении упражнения, выполняют эстафеты с различными видами движений: с бегом, прыжками, пролезанием в обруч, ползанием	Закрепляют навыки выполнения основных видов движений; выполняют командные действия в эстафете для закрепления учебного материала, соблюдая правила		соответст вии с поставлен ной задачей и условиям и ее реализаци и; формулир уют собствен ое мнение и позицию;	Теку щий

					безопасност и		договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	
--	--	--	--	--	------------------	--	---	--

Раздел программы №2 **Гимнастика с элементами акробатики. Подвижные игры (24 часа)**

25	Правила поведения в спортивном зале на уроках гимнастики. Повторение висов, упоров. Разучивание дыхательных упражнений по методике А.Стрельниковой. Развитие внимания, памяти в игре «Что изменилось» Комбинированный	7.11 - 13.1 1		Знакомятся с правилами поведения на уроках гимнастики, выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют и выполняют висы и упоры; разучивают дыхательные упражнения; повторяют правила и играют в игру «Что изменилось»	Знакомятся с ТБ на уроках гимнастики; учатся выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; правильно к положению при выполнении висов и упоров; повторяют «хваты»; знакомятся с дыхательными упражнениями по методике А.Стрельниковой	Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью педагога; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий
26	Совершенствование упражнений акробатики:			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения сидя на гимнастическом	Закрепляют навык выполнения простейших	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Самостоятельно ставят, формулируют	Текущий

	<p>группировка, перекаты. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в игре «Увертывайся от мяча»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>мате, повторяют простейшие элементы акробатики, перекаты в группировке, повторяют правила и играют в игру «Увертывайся от мяча»</p>	<p>элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры; учатся технически правильно выполнять перекаты, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма и правила взаимодействия с игроками</p>	<p>упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>уют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении и упражнении и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	
27	<p>Совершенство вание кувырка вперед. Развитие координации, ловкости, внимания в серии кувырков вперед. Игра «Мышеловка»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег по кругу, упражнения сидя на гимнастическом мате, повторяют технику и выполняют кувырок вперед, разучивают как выполнять серию кувырков вперед; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка»</p>	<p>Учатся координировать перемещение рук при выполнении кувырка вперед; регулировать физическую нагрузку; приходить в исходное положение после кувырка для выполнения следующего</p>		<p>уют и решают учебную задачу, принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении и упражнении и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	Текущий
28	<p>Совершенство вание упражнения «стойка на лопатках»; кувырка</p>	14.1 1- 20.1 1		<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять упражнения акробатики</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение социальной роли</p>	<p>Самостоятельно ставят, формулируют и решают</p>	Контроль техники выполнения

	<p>вперед; серии кувырков вперед. Игра «Посадка картофеля»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>технику «стойки на лопатках» и выполняют; повторяют кувырок вперед, два слитных кувырка вперед на оценку; играют в игру «Посадка картофеля»</p>	<p>со страховкой; выполнять акробатические упражнения, добываясь конечного результата</p>	<p>обучающего; развитие мотивов учебной деятельности и формирования личностного смысла учения</p>	<p>учебную задачу, контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов</p>	<p>я (кувырок вперед)</p>
29	<p>Совершенство вание упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Выполнение упражнений акробатики в разных сочетаниях. Игра «Кот и мышь»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, повторяют технику выполнения упражнения «мост» и выполняют; повторяют кувырок вперед и «стойку на лопатках» соединяя элементы; выполняют «стойку на лопатках» на оценку; повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»</p>	<p>Корректируют технику выполнения упражнения «мост»; развивают гибкость тела выполняя акробатические элементы, учатся соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками</p>	<p>Оrientируют на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; контролируют</p>	<p>Контроль техники выполнения («стойка на лопатках»)</p>

							процесс и результат действия; используют речь для регуляции и своего действия.	
30	<p>Развитие координации, ловкости при ходьбе по гимнастической скамейке различными способами. Контроль двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Кот и мышь»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на спине на гимнастическом мате, выполняют ходьбу на носках по гимнастической скамейке разными способами, учатся правильно выполнять и выполняют на результат наклон вперед из положения стоя, повторяют правила и играют в игру «Кот и мышь»</p>	<p>Учатся выполнять упражнения для развития гибкости, ловкости и координации; сохранять равновесие, выполняя ходьбу по гимнастической скамейке, организовывать и проводить подвижные игры</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Ориентируются в разнообразии способов решения задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции и своего действия</p>	<p>Контроль двигательных качеств (наклон вперед из положения стоя)</p>
31	Совершенство лазание	21.1 1-		<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями,</p>	<p>Учатся перемещаться</p>	<p>Ориентируются на</p>	<p>Ориентируются в</p>	<p>Текущий</p>

	по наклонной гимнастической скамейке с переходом на гим. стенку; упражнения «мост». Игра «Мышеловка». Игра на внимание «Класс» Комбинированный	27.1 1		упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют способы и правила лазания по наклонной скамейке, выполняют лазание разными способами, гим. упр. «мост»; повторяют правила и играют в игру «Мышеловка» и игру на внимание «Класс»	я по наклонной поверхности различными способами с переходом на гим, стенку; характеризовать физические качества: силу, координацию; выполнять игровые упражнения по команде учителя; организовывать и проводить подвижные игры	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения	разнообразии способов решения задач, формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	
32	Совершенство вание упражнений в равновесии: «цапля», «ласточка»; техники упражнения «мост». Игра «Прокати быстрее мяч» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате; повторяют технику и выполняют упражнения в равновесии «цапля» и «ласточка» на полу и скамейке; повторяют и выполняют на оценку гимнастическое упражнение «мост»; повторяют правила и играют в игру «Прокати быстрее мяч»	Учатся выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре; оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебной задачи, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях; ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Ориентируются в разнообразии способов решения задач, планируют свои действия в соответствии с задачей и условиям и ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя, формулируют собственное мнение, договорив	Контроль техники выполнения («мост»)

							аются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
33	Развитие координации в упражнениях акробатики: «цапля», «ласточка», кувырка вперед. Игра «Волк во вру» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на боку на гимнастическом мате, повторяют упражнения «цапля» и «ласточка», кувырок вперед; соединяют упражнение в равновесии «ласточка» и кувырок вперед; повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»	Закрепляют навыки в упражнениях акробатики, развивают координацию, ловкость, внимание при выполнении заданий и игровых упражнений	Проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления, оценивают правильность выполнения действия, формулируют собственное мнение, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий
34	Повторение строевых упражнений. Развитие гибкости в глубоких выпадах, наклонах вперед стоя и сидя на полу, упражнения «мост», «полушпагат». Развитие внимания,	28.1 1- 4.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, выполняют задания на гибкость: выпады, наклоны вперед из разных положений, «мост», «полушпагат»; разучивают и выполняют эстафету	Учатся выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях; самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; развивать внимание,	Оrientируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Самостоятельно формулируют проблемы, используют установленные правила в контроле способа решения, договарив	Текущий

	ловкости в эстафете «Веревочка под ногами» Комбинированный				ловкость посредством игры; соблюдать правила взаимодействия с игроками	целей	ауются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
35	Совершенствование строевых упражнений. Развитие координации движений, ловкости, внимания в упражнениях акробатики. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			Повторяют строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом, перестроение в две шеренги и две колонны и выполняют их на оценку; выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате; повторяют акробатические упражнения: «стойка на лопатках», «мост», «полушпагат»; повторяют правила и играют в игру «Хитрая лиса»	Учатся выполнять: строевые упражнения без ошибок; серию упражнений акробатики; контролировать свои действия и наблюдать за действиями других	Понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Используют общие приемы решения поставленных задач, определяют и кратко характеризуют значение игр в развитии ребенка; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиям и ее реализации, формулируют собственное мнение, используют речь для регуляции своего действия	Контроль выполнения (строевые упражнения)
36	Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Закрепление навыков выполнения			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения стоя на коленях на гимнастическом мате, повторяют и выполняют перекат назад в	Развивают координацию и ловкость при выполнении кувырка назад; выполняют	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают	Текущий

	нескольких упражнений акробатики подряд. Игра «Хитрая лиса» Комбинированный			группировке, технику кувырка назад, выполняют кувырок назад, играют в игру «Хитрая лиса»	упражнения акробатики со страховкой друг друга, соединять упражнения акробатики		ют и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
37	Развитие равновесия и координации движений в упражнениях на узкой рейке гимнастической скамейки. Совершенствование кувырка назад. Игра	5.12 - 11.12		Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют ходьбу с заданиями по узкой рейке гимнастической скамейки разными способами;	Учатся технически грамотно выполнять упражнения в равновесии; находить отличительные особенности	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения	Контроль техники выполнения (кувырок назад)

	«Ноги на весу» <i>Комбинированный</i>			повторяют кувырок назад и выполняют его на оценку; разучивают правила и играют в игру «Ноги на весу»	в выполнении кувырка разными учениками, замечать ошибки и их исправлять; соблюдать правила игры и правила взаимодействия с игроками		задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализацией; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
38	Совершенство вание ходьбы по узкой рейке гим. скамейки с поворотами. Развитие силы и ловкости в лазанье и перелезании по гим. стенке. Игра «Жмурки» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют и выполняют способы лазанья и перелезания по гим. стенке; ходьбу с поворотами на узкой рейке гим. скамейки: на носках, на одной ноге, прыжком; повторяют правила и играют в игру	Закрепляют навыки выполнения упражнений на гимнастической стенке, учатся правильно выполнять ходьбу с поворотами, распределять силы во время лазанья и перелезания	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; правильно идентифицируют себя с позицией школьника	Ставят и формулируют проблемы, ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии	Текущий

				«Жмурки»			вии с поставленной задачей и условиям и ее реализации, используют установленные правила в контроле способа решения, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий
39	<p>Повторение упражнений на узкой рейке гим. скамейки: стойка на одной ноге, приседание, переход в упор присев, в упор стоя на колене; перелезание через препятствие.</p> <p>Игра «Жмурки»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют комбинацию на узкой рейке гим. скамейки: стойка на одной ноге, приседание, переход в упор присев, в упор стоя на колене играют в игру «Жмурки»</p>	<p>Развивают ловкость, координацию при выполнении упражнений на узкой рейке гим. скамейки; учатся координировать работу рук и ног при выполнении перелезания через препятствие</p>			
40	<p>Совершенство вание навыков перемещения по гимнастической стенке.</p> <p>Развитие координационных способностей в кувырках вперед и назад . Игра «Волк во рву»</p> <p>Повторение пройденного материала</p>	12.1 2- 18.1 2		<p>Выполняют ходьбу и бег, упражнения сидя на мате, выполняют лазанье и перелезания по гимнастической стенке разными способами; повторяют технику и выполняют кувырки вперед и назад, повторяют правила и играют в игру «Волк во рву»</p>	<p>Развивают ловкость, силу и координацию в лазанье и перелезании по гимнастической стенке; совершенствуют навыки выполнения кувырков вперед и назад; соблюдают правила поведения и предупреждения травматизма</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с задачей и условиям и ее реализации; используют речь для регуляции своего действия</p>	Текущий
41	Разучивание упражнений			Разучивают и выполняют:	Закрепляют технику	Проявляют положительн	Самостоятельно	Текущий

	разминки с обручами. Совершенствование навыков вращения обруча. Развитие ловкости в ползание «попластунски». Игра «Бездомный заяц» Комбинированный			упражнения с обручем, повторяют вращение обруча на разных частях тела, ползание «попластунски»; повторяют правила и играют в игру «Бездомный заяц»	вращения обруча, повторяют прикладное упражнение гимнастики ползание «попластунски» и его применение в военной деятельности, учатся взаимодействовать со сверстниками и при проведении игры	ые качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	формулируют проблемы ; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; обращаются за помощью ; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
42	Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползания «попластунски». Повторение кувырка в			Повторяют упражнения разминки с обручем, повторяют как правильно выполняется перелезание через препятствие и выполняют,	Развивают ловкость и смелость выполняя лазание по гимнастической стенке, ловкость и координации	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои	Контроль техники выполнения (ползание)

	<p>сторону. Игра «Бездомный заяц»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>повторяют ползание «по-пластунски» и выполняют ползание и перелезание на оценку; повторяют кувырок в сторону, правила и играют в игру «Бездомный заяц»</p>	<p>ю движений при перелезании через препятствие, учатся соблюдать правила игры, соблюдать правила безопасности и выполняя лазание и перелезание через гимнастические снаряды</p>	<p>х ситуациях</p>	<p>действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>«попластунски и перелезание через препятствие»</p>
43	<p>Совершенство вание упражнений гимнастики: «лодочка», «рыбка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону. Игра «Салки-выручалки»</p> <p>Комбинированный</p>	<p>19.1 2- 25.1 2</p>		<p>Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, выполняют упражнения «лодочка», «рыбка», «корзиночка», «кольцо»; кувырок в сторону на оценку; повторяют правила и играют в игру «Салки-выручалки»</p>	<p>Учатся самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений гимнастики; развивают гибкость спины</p>	<p>Ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; формулируют учебные задачи вместе с учителем, вносят изменения в план действия; формулируют собственн</p>	<p>Контроль техники выполнения (кувырок в сторону)</p>

							ое мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия	
44	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством серии акробатических упражнений. Разучивание гимнастической комбинации. Игра «Салки с домом» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Салки с домом»	Закрепляют навык самостоятельного выполнения серии упражнений акробатики; учатся технически правильно выполнять гимнастическую комбинацию на среднем уровне; в доступной форме объяснять технику выполнения комбинации, находить ошибки и их исправлять	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении и в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на	Текущий
45	Развитие двигательных качеств посредством акробатических упражнений. Закрепление гимнастической комбинации Игра «Займи обруч» Повторение пройденного материала			Выполняют ходьбу и бег, упражнения лежа на животе на гимнастическом мате, повторяют акробатические упражнения: «ласточка», кувырок вперед, стойка на лопатках, «мост», кувырок назад, «полушпагат», соединяют их в комбинацию и выполняют, повторяют правила и играют в игру «Займи обруч»				
46	Совершенство вание безопасного выполнения акробатических упражнений. Развитие ловкости и координации при	26.1 2- 30.1 2		Выполняют ходьбу и бег, общеразвивающие упражнения; повторяют правильное выполнение акробатических упражнений; повторяют	Учатся выполнять упражнения акробатики, соблюдая правила безопасности; самостоятельно			Контроль техники выполнения (гимнастическая

	выполнении гимнастической комбинации. Игра «Салки с мячом» <i>Зачет</i>			гимнастическую комбинацию и выполняют ее на оценку; играют в игру «Салки с мячом»	контролировать качество выполнения упражнений		позицию партнера в общении и взаимодействии	комбинация)
47	Совершенство вание разученных ранее ОРУ с предметом. Развитие двигательных качеств в эстафетах с предметами. Игра «Салки ноги от земли» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ с веревочкой; выполняют эстафеты с предметами и различными видами движений; играют в игру «Салки ноги от земли»	Учатся выполнять командные действия в эстафетах; взаимодействовать со сверстниками и при проведении соревнований и игр	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают замечания учителя; формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Текущий
48	Развитие ловкости, быстроты, гибкости, координации в эстафетах с акробатическими и прикладными гимнастическими упражнениями. <i>Комбинированный</i>			Выполняют ходьбу и бег, ОРУ, повторяют и выполняют эстафеты с кувырком вперед, «мостиком», ползаньем «попластунски», лазаньем по гимнастической стенке, перелезанием через препятствие	Учатся совершенствовать акробатические и прикладные гимнастические упражнения; взаимодействовать со сверстниками и при проведении соревнований и игр			Текущий
49	Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Подбор лыжного инвентаря. Совершенство	12.0 1- 18.0 1		Повторяют правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки: подготовка лыж, переноска до лыжни, поведение на лыжне; подбирают по размеру ботинки,	Учатся соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма на лыжах; выполнять команды с	Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной	Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; используют	Текущий

	<p>вание движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции с переменной скоростью.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>лыжи и палки; организовано выходят с лыжами из помещения, учатся правильно укладывать лыжи на снег и их пристегивать; выполняют движения на лыжах по кругу ступающим и скользящим шагом; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>лыжами в руках, в переноске лыж, надевании лыж; технически правильно выполнять движение на лыжах.</p>	<p>деятельности и формирования личностного смысла учения</p>	<p>ют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции своего действия</p>	
50	<p>Совершенство вание навыков ходьбы на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка»</p> <p>Повторение пройденного материала</p>			<p>Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику ступающего и скользящего шагов на лыжах и выполняют движение по лыжне; повторяют правила и играют в игру «Перестрелка»; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Совершенствуют технику ступающего и скользящего шага без палок.</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с</p>	Текущий

							поставлен ной задачей и условиям и ее реализаци и; оцениваю т правильн ость выполнен ия действия; договарив аются и приходят к общему решению в совместно й деятельно сти	
51	<p>Повторение попеременного двушажного хода на лыжах с палками.</p> <p>Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км. Игра «Прокатись через ворота»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику попеременного двушажного хода и выполняют движение по лыжне; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять попеременный двушажный ход, координировать работу рук и ног; учатся как выполнять обгон на дистанции; передвигаться на лыжах соблюдая правила безопасности</p>	<p>Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы ; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле</p>	Текущий

							способа решения; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
52	<p>Повторение одновременного одношажного хода. Развитие выносливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью.</p> <p>Игра «Подними предмет»</p> <p>Комбинированный</p>	19.0 1- 25.0 1		<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику одновременного одношажного хода и выполняют на дистанции; играют в игру; проходят дистанцию 1км со средней скоростью; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Закрепляют навык движения на лыжах одновременным одношажным ходом; развивают выносливость, закрепляют умение распределять силы на дистанции</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Текущий

							сти	
53	<p>Совершенство вание одновременного бесшажного хода под уклон. Развитие выносливости в ходьбе по дистанции 1 км со средней скоростью</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику одновременного бесшажного хода и выполняют на дистанции; проходят дистанцию 1км со средней скоростью отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять одновременный бесшажный ход под уклон; распределять силы на дистанции</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы ; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью ; договариваются о распределении</p>	
54	<p>Обучение подъему способом «полуелочка»; закрепление подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой стойке, торможение «плугом»</p> <p>Прохождение дистанции 1.5 км в медленном темпе.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организовано выходят на лыжную строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают подъем на склон «полуелочкой», повторяют подъем «елочкой» и «лесенкой», спуск в высокой стойке, торможение «плугом»; проходят дистанцию 1.5 км в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся корректировать технику подъемов, спуска и торможения; проходить длинную дистанцию в медленном темпе, распределяя силы по дистанции</p>		<p>задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью ; договариваются о распределении</p>	Текущий

							функций и ролей в совместной деятельности	
55	<p>Совершенство вание подъемов и спусков на лыжах разными способами. Прохождение дистанции 1.5 км. Игра «Кто дальше прокатится»</p> <p>Комбинированный</p>	26.0 1- 1.02		<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют подъем в гору разными способами: ступающим шагом прямо и косо, «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой»; спуск в высокой, средней и низкой стойках; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять попеременный душажный ход; развивать ловкость, скорость и выносливость при беге на лыжах; держать интервал при передвижении и на лыжах</p>	<p>Понимают значение знаний и умений для человека; стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера</p>	Текущий
56	<p>Разучивание одновременно душажному ходу. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 2 км.</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и организованно выходят на лыжню строятся в шеренгу с лыжами, укладывают их на снег (правая, левая), пристегивают; разучивают технику одновременного душажного хода и выполняют его на лыжне; проходят дистанцию 2 км; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся технически правильно выполнять одновременный душажный ход; координировать работу рук и ног; правильно дышать и распределять силы</p>			Текущий

							В общении и взаимодействии	
57	<p>Совершенство поворотов и торможений на лыжах; навыков передвижения одновременными ходами.</p> <p>Игра «Затормози до цели»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют повороты и торможение, выполняют в движении; повторяют технику одновременных ходов и выполняют передвижение по дистанции; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу</p>	<p>Учатся выполнять повороты и торможение на лыжах разученными способами; технически правильно применять на дистанции одновременные хода</p>	<p>Проявляют положительные качества личности; умеют управлять эмоциями в различных ситуациях</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; задают вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	Текущий

58	Закрепление чередование лыжных ходов во время передвижения по дистанции. Игра «Охотники и олени» Комбинированный	2.02 - 8.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют все разученные хода; проходят по дистанции чередуя лыжные хода; играют в игру; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся проходить по дистанции чередуя лыжные хода; держать дистанцию; выполнять обгон; играть соблюдая правила безопасности	Ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; проявляют дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия	Текущий
59	Совершенствование умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции 2км Повторение пройденного материала			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют технику лыжных ходов и выполняют передвижение по дистанции чередуя хода 2км; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся применять лыжные хода в зависимости от участка дистанции; координировать работу рук и ног при передвижении лыжными ходами; распределять силы на больших дистанциях		в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	Текущий
60	Совершенствование передвижения на лыжах с			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню,	Учатся технически правильно выполнять	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Используют общие приемы решения	

	палками с чередованием ходов Развитие выносливости в движении на лыжах по дистанции 2.5км. в медленном темпе Комбинированный			строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2.5км. в медленном темпе, применяя разные лыжные хода; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	лыжные хода в движении по дистанции; развивают выносливость в передвижении на лыжах на большое расстояние	упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
61	Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Прохождение дистанции до 2.5км. Комбинированный	9.02 - 15.02		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; повторяют и выполняют движение на лыжах передвигаются по дистанции 2.5км. в медленном темпе; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся координировать движения при передвижении на лыжах «змейкой»; передвигаться по дистанции разученным и способами с подъемами и спусками, развивая выносливость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его	Текущий
62	Совершенство вание лыжных			Получают лыжи и палки,	Учатся передвигаться	Проявляют дисциплинир	его оценки и	Текущий

	ходов, поворотов, подъемов, спусков, торможение. Прохождение дистанции 2км. в среднем темпе Повторение пройденного материала			организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; выполняют передвижение по дистанции до 2км. в среднем темпе, применяя ранее изученные хода, повороты, подъемы, спуск, торможение; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	я по дистанции разученным и способами с подъемами и спусками, развивая выносливость и скоростно-силовые качества.	ованность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	учета характера сделанных ошибок; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
63	Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1.5км в быстром темпе без учета времени. Комбинированный			Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне дистанцию 1.5км в быстром темпе без учета времени; отстегивают лыжи, очищают от снега, возвращаются в школу	Учатся правильно называть лыжный инвентарь; передвигать на лыжах в быстром темпе; выполнять разученные упражнения по лыжной подготовке для закрепления учебного материала	Проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания;	Контроль двигательных качеств (прохождение на лыжах дистанции 1.5км без учета времени)
64	Развитие внимания, двигательных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж. Комбинированный	16.0 2- 22.0 2		Получают лыжи и палки, организованно выходят на лыжню, строятся в шеренгу укладывают лыжи на снег (правая, левая), пристегивают; проходят по лыжне в разминочном темпе; играют в игры на лыжах и без лыж; возвращаются в школу	Закрепляют навыки лыжной подготовки; учатся организовывать и проводить игры со сверстниками; оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам при	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы	принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договарив	Текущий

					выполнении учебной задачи, доброжелательно объяснять ошибки и способы их устранения		аются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
65	<p>Правилами безопасности при разучивании элементов баскетбола</p> <p>Разучивание ОРУ с большим мячом.</p> <p>Совершенствование броска и ловли мяча.</p> <p>Игра «Вышибалы»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Повторяют правилами поведения на уроках при обучении элементов спортивных игр; выполняют упражнения с большим мячом; повторяют броски и ловлю мяча разными способами; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы»</p>	<p>Учатся соблюдать правила ТБ с мячом для предупреждения травматизма; совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении бросков и ловли большого мяча разными способами; развивают выносливость, быстроту при проведении игры</p>	<p>Ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>	<p>Выделяют и формулируют познавательные цели с помощью учителя; определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; принимают</p>	<p>Текущий</p>
66	<p>Совершенствование передач и ловли мяча в парах. Игры «Передал-садись», «Охотники и утки»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют упражнения с большим мячом; повторяют способы передачи мяча в парах: снизу, сверху, от груди, от плеча, сбоку; выполняют передачи и ловлю</p>	<p>Учатся взаимодействовать с партнером во время броска и правильной ловли мяча; выполнять передачи</p>	<p>Оказывают посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебной задачи,</p>	<p>вии с поставленной задачей и ее реализации; принимают</p>	<p>Контроль техники выполнения (передачи)</p>

				мяча в парах на оценку; повторяют правила и играют в игры «Передал-садись» и «Охотник и утки»	разными способами; организовывать и проводить игры, соблюдая правила	объясняют ошибки и способы их устранения	инструкцию педагога и четко следуют ей; используют речь для регуляции и своего действия	мяча в парах на месте)
67	Разучивание упражнений с мал. мячами. Совершенствование бросков и ловли мал. мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков» <i>Комбинированный</i>	24.02-2.03		Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют способы бросков и ловлю малого мяча, выполняют одной и двумя руками после подбрасывания вверх и удара об пол; разучивают правила и играют в игру «Чья команда быстрее осалит игроков»	Закрепляют навык правильного выполнения бросков и ловли малого мяча одной и двумя руками; учатся выполнять упражнения с мал. мячами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач;	Текущий
68	Совершенствование навыков бросков и ловли мал. мяча; бросков в цель. Игра «Мяч среднему» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ с мал. мячом; повторяют броски и ловлю малого мяча разными способами одной и двумя руками; повторяют и выполняют броски одной рукой в цель; играют в игру «Мяч среднему»	Учатся технически правильно бросать и ловить мал. мяч одной и двумя руками; бросать мяч одной рукой и попадать в цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции и своего действия	Текущий
69	Совершенствование			Повторяют ОРУ с	Развивают	Раскрывают	Ориентируют	Текущий

	вание упражнений с бол. мячом. Развитие внимания, координации в упражнениях с мячом у стены. Повторение ведение мяча на месте. Игра «Собачка» Комбинированный			большим мячом; ведение мяча на месте; способы бросков в стену, выполняют броски и ловлю мяча в стену разными способами; повторяют правила и играют в игру «Собачка»	глазомер и контролируют силу броска при выполнении броска и ловли мяча в стену; учатся находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками	внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	уются в разнообразии способов решения задач; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов	щий
70	Совершенство ведение мяча на месте и в движении по прямой, с изменением направления, «змейкой». Разучивание игры «Мяч ловцу» Зачет	3.03 - 12.03		Выполняют ОРУ; повторяют технику ведения мяча на месте и в движении, выполняют ведение на месте и в движении разными способами: двумя руками, одной рукой (правой, левой), со сменой рук; выполняют ведение на месте на оценку; повторяют ведение в движении; повторяют правила и играют в игру «Мяч из круга»	Учатся выполнять ведение мяча на месте и в движении разными способами; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Контроль техники выполнения (ведение мяча на месте)
71	Совершенство ведение мяча в движении приставными			Выполняют ОРУ; повторяют ведение в движении разными способами: двумя руками,			соответствии с поставленной задачей и	Текущий

	шагами правым и левым боком, спиной вперед. Игра «Мяч ловцу» Зачет			одной рукой (правой, левой), со сменой рук; правым и левым боком вперед, спиной вперед, «змейкой»; повторяют правила и играют в игру «Ловишки с мячом»			условиям и ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	
72	Ознакомление с передвижениями баскетболиста в игре. Обучение поворотам на месте с мячом в руках. Совершенствование ведение мяча в движении. Игра «Мяч ловцу» Зачет			Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют передвижения баскетболиста в игре, повороты на месте с мячом в руках; повторяют ведение в движении разными способами и выполняют на оценку; играют в игру «Мяч ловцу»	Знакомятся с передвижениями в игре; учатся выполнять повороты; закрепляют навык ведения мяча в движении разными способами	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)
73	Совершенствование ведение мяча, остановка в два шага, поворот с мячом, передача партнеру. Игра «Бросок мяча в колонне» Повторение пройденного материала	13.0 3- 19.0 3		Выполняют ОРУ; повторяют и выполняют передвижения баскетболиста в игре; ведение, остановка в два шага, повороты на месте с мячом в руках, передача партнеру; играют в игру «Бросок мяча в колонне»				Текущий
74	Совершенствование бросков мяча в кольцо			Выполняют ОРУ; повторяют броски мяча в кольцо	Закрепляют навыки бросков в	Понимают значение знаний и	Используют общие приемы	Текущий

	<p>способами «снизу» и «сверху» после ведения. Повторение передачи мяча в движении. Игра «Попади в кольцо» Комбинированный</p>			<p>способами «снизу» и «сверху» с места и после ведения; выполняют передачу мяча после ведения в паре; играют в игру «Попади в кольцо»</p>	<p>кольцо разными способами; контролировать силу и высоту броска; развивают глазомер выполняя передачу после ведения</p>	<p>умений для человека, стремятся добиваться хороших результатов в учебе; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>решения поставленных задач; определяют, где применяются действия с мячами; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	
75	<p>Совершенство вание баскетбольных упражнений с мячом в парах; ловля и передача мяча в движении; бросок в кольцо. Игра «Гонка мячей в колонне» Повторение пройденного материала</p>			<p>Выполняют ОРУ; повторяют передачи мяча в парах в движении и выполняют на оценку; бросок в кольцо с места и после ведения; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей в колонне»</p>	<p>Учатся выполнять передачу мяча в парах контролируя технику; развивают глазомер</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Ставят и формулируют проблемы ; ориентируются в разнообразии способов решения задач, выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и</p>	<p>Контроль техники выполнения (ведение мяча в движении)</p>

							условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются с партнером о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
76	Повторение бросков набивного мяча разными способами. Игра «Вышибалы двумя мячами» Комбинированный	20.0 3- 24.0 3		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют способы бросков набивного мяча, повторяют правильную технику броска набивного мяча из-за головы, выполняют броски в парах; повторяют правила и играют в игру «Вышибалы двумя мячами»	Учатся технически правильно выполнять бросок набивного мяча; взаимодействовать со сверстниками и по правилам в играх с мячом; развивают силу рук и глазомер при выполнении бросков набивного мяча	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывают посильную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают	Текущий
77	Совершенство вание бросков набивного мяча разными способами. Контроль за развитием двигательных качеств: броски			Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски набивного мяча разными способами: снизу, от груди, от плеча, из-за головы, выполняют броски в парах; выполняют броски из-за головы	Учатся контролировать силу и точность броска; находить отличительные особенности в	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и	Контроль за развитием двигательных качеств (брос

	<p>набивного мяча из-за головы. Игра «Горячая картошка»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>на оценку; повторяют правила и играют в игру «Горячая картошка»</p>	<p>выполнении бросков разными учениками; контролировать технику своего выполнения и другими учениками</p>		<p>пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии</p>	<p>ки набивного мяча).</p>
78	<p>Разучивание эстафет с ведением, передачей мяча, броском в корзину. Развитие быстроты, ловкости, внимания, координации в эстафетах с мячом</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют сами ранее разученные общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с ведением, передачей, броском мяча в корзину</p>	<p>Учатся самостоятельно организовывать и проводить разминку; использовать полученные навыки в процессе обучения; закрепляют умения и навыки правильного выполнения заданий с мячом; выполняют командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; договариваются и приходят к общему решению в</p>	<p>Текущий</p>

							совместно й деятельно сти	
79	ТБ на уроках с мячом. Повторение передачи передачи волейбольного мяча в парах, броски и ловлю мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч» Комбинированный	3.04 - 9.04		Повторяют правила поведения на уроках с мячом; выполняют общеразвивающие упражнения с бол. мячом; вспоминают какие бывают игры с мячом через сетку; повторяют передачи волейбольного мяча в парах и правильную технику бросков и ловли мяча через сетку; играют в игру «Перекинь мяч»	Учатся выполнять броски и ловлю волейбольного мяча двумя руками над головой в парах и через сетку; развивают силу и высоту броска; учатся играть соблюдая правила игры и контролировать свои действия и действия соперника	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий
80	Совершенство вание бросков мяча через сетку разными способами. Обучение ловле мяча с последующим и прыжками в два шага к сетке. Игра «Выстрел в небо» Комбинированный			Повторяют ОРУ с бол. мячом; повторяют как правильно выполнять бросок через сетку разными способами: снизу, сверху из-за головы, от плеча, выполняют броски и ловлю мяча через сетку разными способами; учатся делать два шага после ловли мяча;	Учатся выполнять броски мяча через сетку разными способами; правильно ставить руки при бросках и ловле мяча; развивают силу и высоту броска;	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении	Текущий

				повторяют правила и играют в игру «Выстрел в небо»	играют соблюдая правила и контролируя свои действия и действия соперника		ии задания и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера во взаимодействии	
81	Совершенство вание подачи мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча. Контроль двигательных качеств: отжимание от пола. Игра «Гонка мячей» <i>Зачет</i>			Выполняют ОРУ без предмета; разучивают и выполняют подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы и одной рукой от плеча; повторяют отжимание от пола и выполняют на результат; повторяют правила и играют в игру «Гонка мячей»	Учатся подавать мяч через сетку двумя и одной рукой; перемещать по площадке по команде «переход»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Контроль двигательных качеств (отжимание).

							условиям и ее реализации; используют речь для регуляции своего действия	
82	Совершенство ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол» Комбинированный	10.0 4- 16.0 4		Выполняют ОРУ без предмета; повторяют броски ловлю мяча через сетку разными способами; выполняют броски и ловлю высоко летящего мяча; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»	Учатся ловить высоко летящий мяч; взаимодействовать с игроками в команде; оценивать и контролировать игровую ситуацию	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач; выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Текущий
83	Совершенство подачи,			Выполняют ОРУ с хлопками;	Закрепляют навык	Ориентируются на	Используют общие	Контроль

	<p>передачи, бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания, ловкости, силы броска в игре «Пионербол»</p> <p>Повторение пройденного материала</p>			<p>повторяют подачи, передачи, броски разными способами и ловлю мяча через сетку; выполняют на оценку броски и ловлю мяча через сетку; повторяют правила и играют в игру «Пионербол»</p>	<p>выполнения подачи, передачи, броска и ловли мяча; учатся грамотно использовать технику броска и ловли мяча во время игры; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой</p>	<p>активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>техники выполнения (броски и ловля мяча через сетку)</p>
84	<p>Обучение положению рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу. Повторение приседание. Игра «Пионербол»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ОРУ; разучивают положение рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу, выполняют в парах; повторяют приседание; играют в игру «Пионербол»</p>	<p>Учатся правильно принимать стойку волейболиста; принимать и передавать мяч снизу с верха; соблюдать правила взаимодействия с</p>	<p>Понимают значение физического развития для человека; имеют желание учиться</p>	<p>Выделяют и формулируют цели и способы их осуществления с помощью учителя; ориентируются в разнообразии</p>	<p>Текущий</p>

				игроками; развивают силу ног		зии способов решения задач; выполня ют действия в соответст вии с поставлен ной задачей и условиям и ее реализаци и; использу ют установле нные правила в контроле способа решения; договарив аются о распредел ении функций и ролей в совместно й деятельно сти	
85	Совершенство вание «стойки волейболиста». Обучение упражнениям в парах: верхняя передача с собственным подбрасывание ; прием сверху и передача после набрасывания партнером. Игра «Пионербол» Комбинирован ный	17.0 4- 23.0 4	Выполняют ОРУ; повторяют «стойку волейболиста»; разучивают и выполняют упражнения в парах: подбрасывают себе мяч и делают верхнюю передачу, принимают мяч сверху и передают после набрасывания партнером играют в «Пионербол»	Учатся технически правильно выполнять верхнюю передачу после собственног о подбрасыван ия и передачу после набрасывани я партнера, соблюдать правила игры	Проявляют дисциплинир ованность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Используют общие приемы решения поставлен ных задач; принима ют и сохраняю т учебную задачу при выполнен ии задания и участии в игре; принима	Теку щий

							ют инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
86	Обучение упражнениям в парах: нижняя передача с собственным подбрасывание; прием снизу и передача после набрасывания партнером. Контроль за развитием двигательных качеств: приседание. Игра «Пионербол» <i>Комбинированный</i>			Выполняют ОРУ; разучивают и выполняют упражнения в парах: подбрасывают себе мяч и делают нижнюю передачу, принимают мяч снизу и передают после набрасывания партнером; выполняют приседание за 1 мин на результат; играют в «Пионербол»	Учатся технически правильно выполнять нижнюю передачу после собственного подбрасывания и передачу после набрасывания партнера, соблюдать правила игры	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; вносят изменения в план действия; используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Контроль двигательных качеств (приседание).

							сти	
87	Обучение нижней прямой подаче. Развитие координации, ловкости в упражнениях с элементами волейбола. Игра «Пионербол» Комбинированный			Выполняют ОРУ; разучивают технику нижней прямой подачи, выполняют; повторяют и выполняют прием сверху и снизу, передачу мяча партнеру; играют в «Пионербол» с применением элементов волейбола»	Учатся технике нижней прямой подачи; закрепляют элементы волейбола.	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий
88	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание на перекладине.	24.0 4- 30.0 4		Повторяют ТБ на уроках легкой атлетике; выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с места, выполняют прыжок; повторяют подтягивание на перекладине из	Совершенствуют навык технично правильно выполнять прыжок в длину с места; в доступной форме объясняют технику прыжка в	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильн	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)

	Игра «Пустое место» Комбинированный			положения виса лежа (девочки), вис стоя (мальчики) и выполняют на оценку; повторяют правила и играют в игру «Пустое место»	длину с места, анализировать и находить ошибки при выполнении, их исправлять; развивают силу рук и выносливость		ость выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	е)
89	Совершенство вание прыжков в длину с места и с разбега. Развитие прыгучести в эстафете «Кто дальше прыгнет» Комбинированный			Выполняют различные ходьбу и бег. ОРУ без предмета; повторяют технику прыжка в длину с разбега и выполняют прыжок на гимнастический мат; повторяют прыжок в длину с места; выполняют эстафету «Кто дальше прыгнет»	Учатся технически правильно выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления ; прыжок в длину с места; взаимодействовать со сверстниками и во время игры	Раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Текущий

							сти, в том числе в ситуации столкновения интересов	
90	<p>Ознакомление с доврачебной помощью при легких травмах. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Повторение прыжков через низкие барьеры. Игра «Дни недели»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Знакомятся с оказанием первой доврачебной помощи при легких травмах, выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ с круговыми движениями; выполняют прыжок в длину с места на результат; повторяют прыжки через низкие барьеры и выполняют прыжки через низкие барьеры во время бега; играют в игру «Дни недели»</p>	<p>Получают знания в области оказания первой помощи; закрепляют навык прыжков через низкие барьеры во время бега; развивают силу, ловкость, прыгучесть и координацию во время выполнения прыжков разными способами</p>	<p>Проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)</p>
91	<p>Ознакомление со способами закаливания организма. Развитие координации в упражнениях с гимнастическими палками. Совершенствование техники прыжка в</p>	1.05 - 7.05		<p>Знакомятся со способами закаливания; выполняют ходьбу и бег с изменением направления движения; находят и подсчитывают пульс; выполняют ОРУ с гим, палками; повторяют прыжок в длину с разбега на</p>	<p>Повторяют строевые упражнения; учатся находить и подсчитывать пульс до и после нагрузки; развивают координацию при</p>	<p>Ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплированность, трудолюбие и упорство в достижении</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые</p>	<p>Контроль техники выполнения (прыжок в длину с разбе</p>

	длинну с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическими палками. Комбинированный			гимнастический мат и выполняют его на оценку; выполняют эстафеты с гимнастическими палками	выполнении упражнений с гимнастическими палками, соблюдая правила безопасности; контролируют технику выполнения прыжка, замечают и исправляют ошибки	поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками	коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	га)
92	Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Космонавты» Комбинированный			Выполняют строевые упражнения, ходьбу и бег с изменением направления движения; ОРУ с гимнастическими палками; контролируют пульс; выполняют упражнения на гибкость и сдают на оценку наклон вперед из положения стоя; повторяют технику и выполняют прыжок в высоту; повторяют правила и играют в игру «Космонавты»	Учатся характеризовать физическую нагрузку по показателям частоты пульса, регулировать ее во время занятия; технически правильно выполнять прыжок в высоту с разбега; развивают гибкость	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Контроль двигательных качеств (гибкость)
93	Совершенствование			Выполняют	Развивают	Проявляют	Используют	Теку

	вание навыков выполнения упражнения на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Космонавты» Комбинированный			строевые упражнения, ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ; повторяют упражнение на пресс: поднимание туловища из положения лежа на спине; прыжок в высоту с разбега; играют в игру «Космонавты»	мышцы пресса, закрепляя навык поднимания туловища из положения лежа на спине, прыгучесть и ловкость выполняя прыжок в высоту; соблюдают правила взаимодействия с игроками при проведении игры	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	ют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	щий
94	Совершенство вание бросков мал. мяча в цель. Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. Игра «Мы веселые	8.05 - 14.05		Выполняют ходьбу и бег «змейкой»; ОРУ с мал. мячом; повторяют броски малого мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); выполняют поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин. на результат;	Учатся поднимать туловище из положения лежа на скорость, развивая скоростно-силовые качества; организовывать и проводить	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; планируют	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за

	ребята» Комбинированный			повторяют правила и играют в игру «Мы веселые ребята»	подвижные игры		т свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	1 мин)
95	Разучивание упражнений со скакалкой. Повторение прыжков со скакалкой; бросков мал. мяча в цель. Игра на внимание «Угадай кто ушел» Комбинированный			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют способы прыжков со скакалкой, выполняют прыжки; выполняют броски мал. мяча в цель (горизонтальную, вертикальную); повторяют правила и играют в игру на внимание «Угадай кто ушел»	Учатся выполнять прыжки со скакалкой; соблюдать правила безопасности; развивают внимательность по средством игры	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Ориентируются в разнообразии способов решения задач; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	Текущий
96	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Игра малой подвижности «Кто сказал мяу»			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ со скакалкой; повторяют прыжки со скакалкой разными способами; повторяют как выполняются прыжки со скакалкой в тройках (двое вращают, третий прыгает), делятся на тройки и прыгают; выполняют прыжок	Учатся выполнять прыжки со скакалкой как один, так и в тройках, соблюдая правила безопасности; развивают прыгучесть и силу отталкивания в прыжках в высоту	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют	задачей и условиям и ее реализации; формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему	Контроль техники выполнения (прыжок в высоту)

	Комбинированный			в высоту на оценку за технику; повторяют правила и играют в игру «Кто сказал мяу»		управлять эмоциями при общении со сверстниками	решению в совместной деятельности	
97	Правила безопасности на улице. Совершенствование техники высокого, среднего и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный	15.0 5- 21.0 5		Повторяют правила поведения во время урока на улице, одежда и обувь; выполняют ходьбу и бег с заданиями; ОРУ; повторяют технику высокого, среднего и низкого старта, выполняют бег с ускорением, бег 30м; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	Учатся выполнять упражнения для развития скоростных качеств; грамотно использовать технику низкого старта и стартового ускорения	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Используют общие приемы решения поставленных задач; контролируют процесс и результат действия; планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям и ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; используют речь для регуляции своего действия	Текущий
98	Развитие двигательных качеств во время выполнения упражнений полосы препятствий. Совершенствование техники челночного			Выполняют ходьбу и бег коротким и длинным шагом; ОРУ; выполняют упражнения полосы препятствий; повторяют технику «челночного бега» и выполняют бег 3*10м.; выполняют бег на 30 м. на	Развивают скоростно-силовые качества во время бега и выполнения упражнений полосы препятствий; учатся выполнять	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходи	Контроль двигательных качеств (бег на 30м)

	бега. Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30м. Игра «Золотые ворота» Комбинированный			результат; повторяют правила и играют в игру «Золотые ворота»	жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами в различных условиях	упорство в достижении поставленных целей	мне коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
99	Развитие выносливости посредством бега, прыжков. Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3*10м. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом» Комбинированный			Выполняют бег на выносливость до 3-х мин.; ОРУ; челночный бег 3*10м на результат; выполняют эстафету с преодолением полосы препятствий; повторяют правила и играют в игру «Ровным кругом»	Учатся равномерно распределять свои силы во время длительного бега; развивают скоростно-силовые качества во время различного бега и преодолевая препятствия	Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя; ориентируются на позицию партнера в общении и	Контроль двигательных качеств (челночный бег)

							взаимоде йстви	
10 0	<p>Совершенство вание навыков бега на длительное время; метание мал. мяча на дальность. Контроль за развитием двигательных качеств: метание на дальность. Игра «Море волнуется»</p> <p>Комбинированный</p>	22.0 5- 26.0 5		<p>Выполняют бег до 5-ти мин; ОРУ; повторяют технику метания малого мяча; выполняют метание мал. мяча на дальность и выполняют метание на результат; повторяют правила и играют в игру «Море волнуется»</p>	<p>Учатся правильной постановке руки при метании мяча на дальность; грамотно использовать технику метания мяча выполня метание на результат</p>	<p>Ориентируют ся на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Контроль двигательных качеств (метание на дальность)</p>
10 1	<p>Развитие выносливости и скорости в круговой тренировке. Контроль за развитием двигательных качеств: бег 1000м без учета времени. Игра «Вороны и воробьи»</p> <p>Комбинированный</p>			<p>Выполняют ходьбу и бег с заданиями по кругу; ОРУ; выполняют бег 1000м без учета времени на оценку; повторяют правила и играют в игру «Вороны и воробьи»</p>	<p>Развивают выносливость и учатся правильно дышать и распределять силы по дистанции выполняя непрерывный бег на 1000м;</p>	<p>Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Используют общие приемы решения поставленных задач; принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении задания и участия в</p>	<p>Контроль двигательных качеств (бег 1000м)</p>

							игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
10 2	Развитие внимания, ловкости, быстроты, координации движений в эстафетах «Веселые старты» с бегом, прыжками, метанием.			Выполняют ходьбу и бег с заданиями; общеразвивающие упражнения; разучивают и выполняют эстафеты с бегом, прыжками, метанием.	Учатся выполнять задания для развития силы, выносливости и ловкости различными способами; закрепляют умения и навыки выполнения основных видов движений	Ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность; оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, находят с ними общий язык и общие интересы	Самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; договариваются и приходят к общему решению	Текущий

								В совместно й деятельно сти
--	--	--	--	--	--	--	--	---