

Краснянский филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Креповская средняя школа Урюпинского муниципального района Волгоградской области»

Согласовано: Отв. за УР

М.П.Лященко М.П.Лященко
«31» 08 2020 г.

Утверждаю: Директор Краснянского филиала

МБОУ Креповская СШ
«01» 09 2020г
О.С.Свиридова

**Рабочая программа
по физической культуре
1 класс
на 2020 – 2021 учебный год**

Составитель:
Непринцева А.В., учитель
начальных классов

2020 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовнонравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, требований Примерной основной образовательной программы ОУ, сборника программ к комплексу учебников «Начальная школа XXI века» и ориентирована на работу по учебнику Т. В. Петровой «Физическая культура: 1-2 классы» (М.: Вентана-Граф, 2012).

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

С учетом этих особенностей целью примерной 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**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа обучения физической культуре направлена:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- 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;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Рабочая программа рассчитана на 99 часов (3 часа в неделю, 33 учебные недели).

Содержание программы.

№	Тема раздела	Кол-во часов	Содержание	Планируемые результаты
1	Знание о физической культуре	5	<p><i>Физическая культура.</i> Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p> <p><i>Из истории физической культуры.</i> История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</p> <p><i>Физические упражнения.</i> Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.</p>	<p>Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
2	Способы физкультурной деятельности	6	<p><i>Самостоятельные занятия.</i> Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).</p> <p><i>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.</i></p> <p>Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.</p> <p><i>Самостоятельные игры и развлечения.</i> Организация и способы физкультурной деятельности. Знания о физической культуре, проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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;
3	Спортивно-оздоровительная деятельность	88	<p><i>Физкультурно-оздоровительная деятельность.</i> Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; - видеть красоту движений, выделять и обосновывать

		<p><i>Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы:</i> строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.</p> <p><i>Акробатические упражнения:</i> упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.</p> <p><i>Акробатические комбинации,</i> например: 1) гимнастический мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.</p> <p><i>Упражнения на низкой гимнастической перекладине:</i> висы, перемахи.</p> <p><i>Гимнастическая комбинация,</i> например: из вися стоя присев толчком двумя ногами перемахи, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.</p> <p><i>Гимнастические упражнения прикладного характера:</i> прыжки со скакалкой; передвижение по гимнастической стенке; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p><i>Легкая атлетика. Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p> <p><i>Прыжковые упражнения:</i> на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p><i>Броски:</i> большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p> <p><i>Метание:</i> малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p> <p><i>На материале гимнастики с основами акробатики:</i> игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p><i>На материале легкой атлетики:</i> прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p><i>На материале спортивных игр:</i></p> <p><i>Футбол:</i> удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p><i>Баскетбол:</i> специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p><i>На материале гимнастики с основами акробатики:</i></p> <p><i>Развитие гибкости:</i> широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами;</p>	<p>эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуге 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
--	--	--	---

		<p>наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.</p> <p><i>Развитие координации:</i> произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p><i>Формирование осанки:</i> ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p><i>Развитие силовых способностей:</i> динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска</p>	<p>проведения подвижных игр и соревнований;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 техническом 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.
--	--	---	--

		<p>партнера в парах.</p> <p><i>На материале легкой атлетики:</i></p> <p><i>Развитие координации:</i> бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно. <i>Развитие быстроты:</i> повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.</p> <p><i>Развитие выносливости:</i> равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.</p> <p><i>Развитие силовых способностей:</i> повторное выполнением многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте.</p>	
--	--	---	--

Требования к уровню подготовки учащихся.

Учащиеся должны знать:

- о способах и особенностях движений и передвижений человека;
- работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;
- терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержании достойного внешнего вида;
- причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельные занятия, закаливающие процедуры;
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой;
- правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках;
- ходить, бегать и прыгать при изменении длины, частоты и ритма;
- уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы; помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты; быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр и выполнения других заданий.

Уровень физической подготовленности 1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	2	3	4	5	6	7
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во р	11 - 12	9 - 10	7 - 8	9 - 10	7 - 8	5 - 6
Прыжок в длину с места, см	118 - 120	115 - 117	105 - 114	116 - 118	113 - 115	95 - 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 100 м	Без учета времени					

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки - это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого.

К значительным ошибкам относятся:

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

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

Характеристика цифровой оценки (отметки)

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

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

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых.

Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

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

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

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 1 класс

№ п/п	Тема урока	Планируемые результаты				Кол-во часов	Вид контр	дата
		Тип урока	универсальные учебные действия	предметные знания				
1	Правила поведения в спортивном зале на уроке. Обучение построению в шеренгу, колонну. Обучение понятиям «основная стойка» «смирно», «вольно»; положения рук и ног. Подвижная игра «Салки»	вводный	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения в спортивном зале на уроке; - выполнять комплекс утренней гимнастики 	1	текущий		
2	Обучение построению в шеренгу, в колонну. Обучение положению рук, ног. Игры: «Совушка», «Запрещенное движение»	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять команды на построения и перестроения; - выполнять комплекс утренней гимнастики 	1	текущий		
3	Обучение построению в шеренгу, в колонну. Обучение положению рук, ног. Игры: «Совушка», «Запрещенное движение»	комбинир	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять команды на построения и перестроения; - выполнять комплекс утренней гимнастики 	1	текущий		

4	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: скорость, бег 30 м	Изучение нового материала	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: выполнять организующие строевые команды и приемы	1	текущий	
5	Совершенствование строевых упражнений. Контроль двигательных качеств: скорость, бег 30 м	комбинир			1	текущий	
6	Обучение челночному бегу, прыжку в длину с места. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Разучивание игры «Класс, смирно! ». Совершенствование основных положений рук и ног.	Изучение нового материала	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять легкоатлетические Упражнения (бег, прыжки); - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; - технически правильно отталкиваться и приземляться	1	текущий	
7	Обучение челночному бегу, прыжку в длину с места. Контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Разучивание игры «Класс, смирно! ». Совершенствование основных положений рук и ног.	Изучение нового материала			1	текущий	

8	<p>Обучение прыжкам на одной, на двух ногах, наклону вперед из положения сидя.</p> <p>Контроль двигательных качеств: челночный бег 4х9, наклон вперед из положения сидя</p>	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх на месте; - выполнять наклоны вперед из положения сидя 	1	Контроль двигательных качеств (бег, наклоны)	
9	<p>Совершенствование основных положений рук и ног.</p> <p>Контроль двигательных качеств: подтягивание, поднимание туловища</p>	комбинир	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнёра в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников 	1	Контроль двигательных качеств (подтягивание, поднимание туловища)	

10	Обучение правилам бега. Контроль двигательных качеств: бег 6 минут. Разучивание игры «Дедушка и детки»	комбинир	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: выполнять организующие строевые команды и приемы	1	Контроль двигательных качеств (бег 6 мин)	
11	Обучение правилам бега. Контроль двигательных качеств: бег 6 минут. Разучивание игры «Дедушка и детки»	комбинир	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - организовывать и проводить игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	1	текущий	
12	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры «Бой петухов»	комбинир	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении;	1	текущий	
13	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игр «За	комбинир	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении;	1	текущий	

	флажками», «Охотник и зайцы»		завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	- соблюдать правила взаимодействия с игроками			
14	Развитие внимания, мышления, Двигательных качеств Посредством подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Белые медведи»	комбинир	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	1	текущий	
15	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр	комбинир	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	1	текущий	

			позицию школьника				
16	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр	комбинир			1	текущий	
17	Разучивание игры «Море волнуется раз». Развитие внимания, мышления, Двигательных качеств посредством подвижных игр	комбинир	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников 	1	текущий	
18	Правила выполнения Упражнений с мячом. Обучение передаче мяча, понятиям «эстафета », «соревнование ». Развитие Координационных качеств посредством игр	Изучение нового материала	<p>Познавательные: определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p>Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения; - соблюдать правила Поведения и предупреждения Травматизма во время занятий упражнениями 	1	текущий	
19	Правила выполнения Упражнений с мячом. Обучение передаче мяча, понятиям «эстафета », «соревнование ». Развитие Координационных качеств посредством игр	комбинир			1	текущий	

20	Совершенствование передачи мяча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <p>выполнять легкоатлетические Упражнения в метании и броске мяча</p>	1	текущий	
21	Совершенствование передачи мяча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях	комбинир			1	текущий	
22	Совершенствование передачи мяча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях	комбинир			1	текущий	
23	Обучение чувству ритма в упражнениях и ходьбе. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть)	Изучение нового материала	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать ритм при выполнении упражнений; - выполнять организующие строевые команды и приемы 	1	текущий	
24	Обучение чувству ритма в упражнениях и ходьбе. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть)	комбинир			1	текущий	

25	Обучение чувству ритма в упражнениях и ходьбе. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть)	комбинир			1	текущий	
26	Совершенствование передвижения изменением Направления («змейкой»). Развитие ловкости в играх и эстафетах	комбинир	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять организующие строевые команды; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками 	1	текущий	
27	Совершенствование передвижения изменением Направления («змейкой»). Развитие ловкости в играх и эстафетах	Изучение нового материала			1	текущий	
28	Совершенствование передвижения изменением Направления («змейкой»). Развитие ловкости в играх и эстафетах	Изучение нового материала			1	текущий	
29	Обучение ловле и хвату теннисного мяча. Развитие Координационных способностей	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять легкоатлетические Упражнения в метании и броске мяча 	1	текущий	

30	Обучение ловле и хвату теннисного мяча. Развитие Координационных способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
31	Обучение ловле и хвату теннисного мяча. Развитие Координационных способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
32	Разучивание игровых действий Эстафет (броски, ловля, старт из положения сидя). Развитие координационных Способностей в эстафетах	Изучение нового материала	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся: правильно передавать эстафету для развития координации движений в различных ситуациях</p>	1	текущий	
33	Разучивание игровых действий Эстафет (броски, ловля, старт из положения сидя). Развитие координационных Способностей в эстафетах	Изучение нового материала			1	текущий	
34	Разучивание игровых действий Эстафет (броски, ловля, старт из положения сидя). Развитие координационных Способностей в эстафетах	комбинир			1	текущий	
35	Разучивание новых эстафет. Развитие гибкости, ловкости	комбинир	<p>Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и</p>	<p>Научатся: творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата</p>	1	текущий	
36	Разучивание новых эстафет. Развитие гибкости, ловкости	комбинир			1	текущий	
37	Разучивание новых	комбинир			1	текущий	

	эстафет. Развитие гибкости, ловкости		приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности					
38	Обучение игровым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств	комбинир	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	1	текущий		
39	Обучение игровым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств	комбинир			1			текущий
40	Обучение игровым действиям и новым движениям. Развитие скоростно-силовых качеств	комбинир						
41	Совершенствование разученных ранее упражнений. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания	Применение знаний, умений	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: выполнять упражнения для развития ловкости и координации	1	текущий		
42	Совершенствование разученных ранее упражнений. Развитие	Применение знаний, умений			1	текущий		

	скоростных качеств, ловкости, внимания						
43	Обучение хватам и передачам большого баскетбольного мяча. Разучивание комплекса ОРУ типа зарядки. Развитие ловкости, скоростных качеств	Изучение нового материала	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств	1	текущий	
44	Обучение хватам и передачам большого баскетбольного мяча. Разучивание комплекса ОРУ типа зарядки. Развитие ловкости, скоростных качеств	Изучение нового материала	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять прыжки со скакалкой; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями; - делать передачи большим Баскетбольным мячом	1	текущий	
45	Обучение прыжкам через скакалку, элементам ведения баскетбольного мяча	Изучение нового материала			1	текущий	
46	Обучение прыжкам через скакалку, элементам ведения баскетбольного мяча	Изучение нового материала			1	текущий	
47	Обучение прыжкам через скакалку, элементам ведения баскетбольного мяча	Изучение нового материала			1	текущий	
48	Обучение прыжкам через скакалку и ведению баскетбольного мяча.	Применение знаний, умений	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют	Научатся: - соблюдать правила взаимодействия с	1	текущий	

	Разучивание игры «Попры-гунчики-воробышки»		физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	игроками; - организовывать и проводить подвижные игры			
49	Обучение прыжкам через скакалку и ведению баскетбольного мяча. Разучивание игры «Попры-гунчики-воробышки»	Изучение нового материала	Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата		1		
50	Обучение ведению мяча. Совершенствование прыжков через скакалку	Изучение нового материала	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: выполнять упражнения для развития ловкости и координации	1	текущий	
51	Обучение ведению мяча. Совершенствование прыжков через скакалку	комбинир			1	текущий	
52	Обучение ловле баскетбольного мяча. Совершенствование ведения мяча	Изучение нового материала	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - ловить баскетбольный мяч с правильной постановкой рук	1	текущий	

53	Обучение ловле баскетбольного мяча. Совершенствование владения мяча	Изучение нового материала	результата		1	текущий	
54	Обучение ловле баскетбольного мяча. Совершенствование владения мяча	Изучение нового материала			1	текущий	
55	Разучивание игры «Удочка». Обучение перекатам назад, набок	Изучение нового материала	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять перекаты, Упражнения в группировке и возвращаться в исходное положение; - организовывать и проводить подвижные игры 	1	текущий	
56	Разучивание игры «Удочка». Обучение перекатам назад, набок	Изучение нового материала			1	текущий	
57	Обучение кувырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку»	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять кувырки вперед; - соблюдать правила Взаимодействия с игроками; - организовывать и проводить подвижные игры 	1	текущий	
58	Обучение кувырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку»	комбинир			1	текущий	
59	Обучение кувырку вперед. Разучивание игры «Поймай мышку»	комбинир			1	текущий	

60	Обучение прыжкам со скамейки, кувырку вперед, лазанью. Разучивание игры «Перемена мест»	Изучение нового материала	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения (прыжки); - технике движения рук и ног в прыжках; - толкаться в прыжках пальцами ног и приземляться, смягчая прыжок 	1	текущий	
61	Обучение прыжкам со скамейки, кувырку вперед, лазанью. Разучивание игры «Перемена мест»	Изучение нового материала			1	текущий	
62	Обучение прыжкам со скамейки, кувырку вперед, лазанью. Разучивание игры «Перемена мест»	Изучение нового материала			1	текущий	
63	Обучение лазанью по гимнастической стенке, прыжкам с высоты. Совершенствование кувырок вперед	Изучение нового материала	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения на гимнастической стенке; - выполнять акробатические элементы (кувырки); - соблюдать правила поведения во время занятий 	1	текущий	
64	Обучение лазанью по гимнастической стенке, прыжкам с высоты. Совершенствование кувырок вперед	Применение знаний и умений			1	текущий	
65	Обучение лазанью по гимнастической стенке, прыжкам с высоты. Совершенствование	Применение знаний и умений			1	текущий	

	кувырков вперед		результата				
	Совершенствование Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Развитие силовых способностей	комбинир	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять акробатические элементы; - выполнять упражнения на гимнастической стенке	1	текущий	
66	Совершенствование Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Развитие силовых способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
67	Совершенствование Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Развитие силовых способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
68	Совершенствование Разученных элементов гимнастики в игре «Альпинисты». Развитие силовых способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
69	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Развитие скоростно-силовых способностей	Изучение нового материала	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Научатся: метать мяч в цель с правильной руки	1	текущий	

70	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Развитие скоростно-силовых способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
71	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Развитие скоростно-силовых способностей	Изучение нового материала			1	текущий	
72	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега	Изучение нового материала	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся: - грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой</p>	1	текущий	
73	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега	Применение знаний и умений			1	текущий	
74	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега	Применение знаний и умений			1	текущий	
75	Обучение броску и ловле теннисного мяча. Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование техники ходьбы и бега	Применение знаний и умений			1	текущий	
76	Совершенствование бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Чья	Применение знаний и умений	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения</p>	<p>Научатся: - распределять свои силы во время продолжительного</p>	1	текущий	

	команда быстрее осалит игроков»		действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	бега; - точно бросать и ловить мяч; - выполнять упражнение по профилактике нарушения осанки			
77	Совершенствование бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков»	Применение знаний и умений	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.		1	текущий	
78	Совершенствование бросков и ловли теннисного мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков»	Применение знаний и умений	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		1	текущий	
79	Обучение броску теннисного мяча из-за головы. Развитие выносливости в медленном беге	Изучение нового материала	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Научатся: - распределять свои силы во время медленного разминочного бега; - точно бросать и ловить мяч из-за головы	1	текущий	
80	Обучение броску теннисного мяча из-за головы. Развитие выносливости в медленном беге	Изучение нового материала	Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		1	текущий	
81	Обучение броску теннисного мяча из-за головы. Развитие выносливости в медленном беге	Изучение нового материала			1	текущий	

82	Совершенствование метания и ловли теннисного мяча. Развитие выносливости в медленном беге	комбинир	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	Научатся: - грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	1	текущий	
83	Совершенствование метания и ловли теннисного мяча. Развитие выносливости в медленном беге	Применение знаний и умений	Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата		1	текущий	
84	Совершенствование броска и ловли теннисного мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «День и ночь»	Применение знаний и умений	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Научатся : метать мяч в цель с правильной постановкой руки	1	текущий	
85	Совершенствование броска и ловли теннисного мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «День и ночь»	Применение знаний и умений	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		1	текущий	
86	Совершенствование броска и ловли теннисного мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «Охотники и утки».	Применение знаний и умений	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей	Научатся: организовывать и проводить подвижные игры	1	текущий	
					1		

87	Совершенствование броска и ловли теннисного мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. Разучивание игры «Охотники и утки.	Применение знаний и умений	различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата			текущий	
88	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкость (челночный бег, гибкость)	Проверка и коррекция знаний и умений	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - перемещаться назад и вперед; - выполнять наклоны вперед для развития гибкости	1	Контроль двигательных качеств (челночный бег, гибкость)	
89	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкость (челночный бег, гибкость)	Проверка и коррекция знаний и умений			1	Контроль двигательных качеств (челночный бег, гибкость)	

90	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание	Проверка и коррекция знаний и умений	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять прыжок с места; - выполнять прямой хват при подтягивании 	1	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места, подтягивание)	
91	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание	Проверка и коррекция знаний и умений			1		
92	Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища за 1 минуту	Проверка и коррекция знаний и умений	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> выполнять акробатические упражнения (наклоны вперед) 	1	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за минуту)	

93	Контроль за развитием двигательных качеств: скорость	Проверка и коррекция знаний и умений	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - перемещаться назад и вперед; - выполнять наклоны вперед для развития гибкости 	1	Контроль двигательных качеств (скорость)	
94	Контроль за развитием двигательных качеств: шестиминутный бег	Проверка и коррекция знаний и умений	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега; - оценивать величину Нагрузки по частоте пульса 	1	Контроль двигательных качеств (шестиминутный бег)	
95	Совершенствование игр «День и ночь», «Белые медведи», «Охотники и утки».	Урок игра	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - называть игры и формулировать их правила; 	1	текущий	

96	Совершенствование игр «День и ночь», «Белые медведи», «Охотники и утки».	Урок игра	физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.	- организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	1	текущий	
97	Совершенствование игр «День и ночь», «Белые медведи», «Охотники и утки».	Урок игра	Личностные: ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		1	текущий	
98	Подвижные игры.	Урок игра	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научатся: - выполнять организующие строевые команды;	1	текущий	
99	Спортивные игры Веселые старты	Урок игра	Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	- организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	1	текущий	
Итого - 99 часов							