

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кличкинская СОШ

Рассмотрено на заседании МО	Рекомендовано на заседании педсовета	Утверждено директором МБОУ Кличкинской СОШ
Руководитель	Зам.директора УВР	
Симоченко С.В.	Чередниченко А.Н.	О.В. Васильевой
От «_30_»_08_2023	От «_31_»_08_2023	От «01__»09_2023



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТЕ

3 класс

Составитель: Симоченко С.В

П.Кличка

2023-2024г

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, примерной программы по физической культуре, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России и планируемых результатов начального общего образования.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета «Физическая культура».

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

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

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

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

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

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

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

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

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

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе

которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

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

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные фор-

мы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

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

Общая характеристика учебного предмета.

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

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

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

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

Место учебного предмета в учебном плане.

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчета 3 часа в неделю (всего 405 часов): в 1 классе – 99 ч, во 2-4 – по 102 часа.

Результаты освоения учебного предмета «Физическая культура».

На первой ступени школьного обучения обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностными результатами обучающихся являются:

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

Метапредметными результатами обучающихся являются:

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

Предметными результатами обучающихся являются:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- * овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Содержание учебного предмета «Физическая культура».

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. 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).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

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.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа 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.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, 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.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжная подготовка. В связи с имеющейся материальной базой, отведенные часы лыжной подготовки в базовой части заменены на коньки.

Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию..

На материале спортивных игр.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

**Учебно-тематический план.
3 класс .Учитель: Симоченко С.В**

№ /п	Название темы	Количество часов	Учетные часы
1	Легкая атлетика Теоретическая часть Практическая часть	17 2 15	5
2	Гимнастика (практическая часть)	18	1
3	Теоретическая часть. Здоровый образ жизни.	2	
4	Практическая часть. Подвижные игры.	18	

5	Практическая часть. Коньки	18	1
6	Теоретическая часть. Спорт	1	
7	Практическая часть. Спортивные игры	20	1
8	Теоретическая часть. История физической культуры и Олимпийское образование	1	
9	Практическая часть. Легкая атлетика	7 ч	5
	Итого: теоретическая часть	6	
	Итого: практическая часть	96	5
	Итого	102	13

На теорию выделено 6 часов, остальные темы изучаются в процессе уроков в течение года.

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет (мальчики)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	7 8 9 10	7,5 и более 7,1 6,8 6,6	7,3-6,2 7,0-6,0 6,7-5,7 6,5-5,6	5,6 и менее 5,4 5,1 5,0
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	7 8 9 10	11,2 и более 10,4 10,2 9,9	10,8-10,3 10,0-9,5 9,9-9,3 9,5-9,0	9,9 и менее 9,1 8,8 8,6
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7 8 9 10	100 и менее 110 120 130	115-135 125-145 130-150 140-160	155 и более 165 175 185
4	Выносливость	6-минутный бег, м	7 8 9 10	700 и менее 750 800 850	730-900 800-950 850-1000 900-1050	1100 и более 1150 1200 1250
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	7 8 9 10	1 и менее 1 1 2	3-5 3-5 3-5 4-6	9 и более 7,5 7,5 8,5

6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз	7 8 9 10	1 1 1 1	2—3 2—3 3—4 3—4	4 и выше 4 5 5
---	---------	--	-------------------	------------------	--------------------------	-------------------------

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет (девочки)

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	7 8 9 10	7,6 и более 7,3 7,0 6,6	7,5-6,4 7,2-6,2 6,9-6,0 6,5-5,6	5,8, и менее 5,6 5,3 5,2
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	7 8 9 10	11,7 и более 11,2 10,8 10,4	11,3-10,6 10,7-10,1 10,3-9,7 10,0-9,5	10,2 и менее 9,7 9,3 9,1
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7 8 9 10	90 и менее 100 110 120	110-130 125-140 135-150 140-155	150 и более 155 160 170
4	Выносливость	6-минутный бег, м	7 8 9 10	500 и менее 550 600 650	600-800 650-850 700-900 750-950	900 и более 950 1000 1050
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	7 8 9 10	2 и менее 2 2 3	6-9 6-9 6-9 7-10	11,5 и более 12,5 13,0 14,0
6	Силовые	Подтягивание: на низкой перекладине из виса лежа, кол- во раз	7 8 9 10	2 и ниже 3 3 4	4—8 6—10 7—11 8—13	12 и выше 14 16 18

Система оценки планируемых результатов

Оценивание результатов учащихся по предмету «Физическая культура» осуществляется во время текущего, тематического и итогового контроля.

Текущий контроль позволяет учителю получить сведения о ходе овладения учащимся программным материалом. Это даёт возможность оценить правильность выбранной методики обучения. В процессе урока текущая отметка может быть выставлена за любые слагаемые программного материала: усвоение знаний и контрольного двигательного умения, достигнутый уровень в развитии двигательных способностей, выполнение домашних, самостоятельных заданий, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. В отдельных случаях учитель суммирует все полученные за урок оценки в один поурочный балл.

Текущая оценка на разных этапах обучения двигательному действию имеет свои особенности. При начальном разучивании техники предъявляется меньше требований, а самодвижение выполняется в облегчённых условиях. На этапе повторения двигательного действия оно выполняется в более сложных, специально созданных условиях. Наконец, на этапе совершенствования - в условиях соревнований, игры или в усложнённых комбинациях.

Тематический контроль – это оценивание выполнения упражнений во время учётных уроков после прохождения соответствующей темы: учёт по бегу на 30 м, 60 м, 1 км; учёт по выполнению строевых команд, акробатических элементов раздельно и в комбинации; учёт по выполнению строевых команд, висов, подтягиванию в висах.

К тематическому контролю отнесено выполнение контрольных упражнений, указанных в табл. 1, 2 в начале учебного года.

Итоговый контроль включает выполнение контрольных упражнений в конце года.

Используемый для контроля материал: комплексная программа физического развития учащихся 1-11 классов.

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 ненамного. 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)

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

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

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

Отметка «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.

Оценка техники выполнения контрольных упражнений, указанных в таблицах 1, 2 осуществляется согласно уровням:

- «5» - высокий уровень,
- «4» - средний уровень,
- «3» - низкий уровень.

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья. Учащиеся специальной медицинской группы оцениваются по уровню овладения ими раздела «Основы знаний», умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и выполнения доступных для них двигательных действий.

Календарно-тематическое планирование

3 класс .Учитель Симоченко С.В

N /п	Тема урока. Элементы содержания	Вид деятельности	Планируемые образовательные результаты			Вид конт роля	Дата проведения		Д/З
			Личностные	Метапредметные	Предметные		план	фак тич	
Легкая атлетика 17 ч (теоретическая часть 2 ч, практическая часть 15 ч)									
1	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями (1 ч) Инструктаж по ТБ Комплекс утренней гимнастики №1	Пояснять инструктаж по ТБ. Отличать содержание различных форм физической культуры. Разобрать комплекс утренней гимнастики №1.	Формирование мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Познавательные: формулировать познавательную цель, осуществлять поиск и выделять информацию о физической культуре из учебника. Регулятивные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные:	Знать, что такое физкультура в школе, утренняя гимнастика, тренировка, физкультминут ка, спортивные развлечения. Научиться отличать различные формы занятий физическими упражнениями.	текущ ий			Ком плек с 1

				совместно с учителем и сверстниками планировать учебное сотрудничество, отвечать на вопросы в группе.					
2	Инструктаж по ТБ в легкой атлетике: бег. Спринт в лёгкой атлетике. (1 ч)	Рассказывать о способах передвижения бега. Называть особенности спринта в лёгкой атлетике.	Формирование мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего.	Познавательные: формулировать познавательную цель и осуществлять учебные движения при ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью до 60 м. Регулятивные: формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата Коммуникативные: слушать учителя, задавать вопросы и отвечать на них.	Знать, что такое легкая атлетика и спринтерский бег. Понимать, как правильно бегать.	Текущий			Комп 1
3	Ходьба и бег. Ходьба с	Отрабатывать ходьбу через несколько препятствий.	Формирование мотивов учебной	Познавательные: формулировать	Знать разновидности	Текущий			Ком 1

	изменением длины и частоты шага. (1 ч) Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Игра «Белые медведи».	Бегать с максимальной скоростью (60 м). Проводить игру «Белые медведи». Развивать скоростные способности, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего	познавательную цель и осуществлять учебные движения при ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью до 60 м. Регулятивные: формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата Коммуникативные: слушать учителя, задавать вопросы и отвечать на них.	ходьбы. Научиться распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием				
4	Ходьба и бег. Бег с высоким подниманием бедра. (1 ч) Ходьба через несколько препятствий.	Отрабатывать ходьбу через несколько препятствий. Бегать с максимальной скоростью (60 м). Проводить игру «Змея». Развивать скоростные способности, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации, самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности. Развитие нравственно-этических качеств: доброжелатель-	Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, сличать способ действия и его результат с заданным	Научиться распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять легкоатлетические упражнения	Текущий			Ком 1

	Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Змея».		ность, отзывчивость.	эталон с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	(ходьба, бег);				
5	Ходьба и бег. Ходьба через несколько препятствий. (1 ч) Бег с максимальной скоростью (60 м). Игра «Змея».	Отрабатывать ходьбу через несколько препятствий. Бегать с максимальной скоростью (60 м). Проводить игру «Змея». Развивать скоростные способности, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации, самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности. Развитие нравственно-этических качеств: доброжелательность, отзывчивость	Познавательные: выбирать наиболее эффективные способы решения задач Регулятивные: осуществлять коррекцию, вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, обращаться за помощью.	Научиться ходить с препятствиями, распределять свои силы во время бега	Текущ ий			Ком п 1
6	Ходьба и бег. Бег с	Отрабатывать ходьбу через несколько препятствий.	Формирование мотивации,	Познавательные: выбирать наиболее	Научиться ходить с	Контр оль-			

	максимальной скоростью (60 м). (1 ч) Ходьба через несколько препятствий. Игра «Команда быстроногих».	Бегать с максимальной скоростью (60 м). Проводить игру «Команда быстроногих». Развивать скоростные и координационные способности, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности. Развитие нравственно-этических качеств: доброжелательность, отзывчивость	эффективные способы решения задач Регулятивные: осуществлять коррекцию, вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Коммуникативные: уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	препятствиями, распределять свои силы во время бега, применять учебные навыки в игре	ное упражнение (челночный бег 3*10 м) (тематический)			
7	Ходьба и бег. Бег на результат (30, 60 м) (1 ч) Игра «Мяч соседу»	Выполнять бег на результат (30, 60 м). Развивать скоростные способности, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Проводить игру «Мяч соседу». Объяснять понятия: эстафета, старт, финиш. Понимать влияние бега на здоровье	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к школе. Развитие нравственно-этической ориентации: доброжелательность, отзывчивость	Познавательные: искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Регулятивные: ставить перед собой новые задачи и мобилизовать энергию и силу для их выполнения. Коммуникативные: слушать собеседника, задавать вопросы,	Научиться ходить с препятствиями, распределять свои силы во время бега, применять учебные навыки в игре	Контрольное упражнение (бег 30м). Учёт по бегу 60 м (тематический)			Ком 1

				оказывать партнеру помощь в учебной деятельности.					
8	Прыжки в длину с места. (1 ч) Освоение техники прыжка в длину с места. Игра «мяч соседу».	Осваивать технику прыжка в длину с места. Проводить игру «Мяч соседу». Развивать скоростно-силовые качества и гибкости, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации, самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности. Развитие нравственно-этических качеств: доброжелательность, отзывчивость	Познавательные: выделять нужную информацию, ориентироваться в выборе способов решения задач. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, принимать помощь от учителя.	Научиться выполнять прыжки в длину с места, технически правильно отталкиваться и приземляться	Контрольное упражнение (наклон вперед из положения сидя) (тематический)			Ком 1
9	Прыжки в длину с места. (1 ч) Освоение техники прыжка в длину с места. Игра «Лиса и куры».	Осваивать технику прыжка в длину с места. Проводить игру «Лиса и куры». . Развивать скоростно-силовые качества и гибкости, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить	Познавательные: выделять нужную информацию, ориентироваться в выборе способов решения задач. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль,	Научиться выполнять прыжки в длину с места, технически правильно отталкиваться и приземляться	Контрольное упражнение (прыжок в длину)			Ком 1

			ситуацию в лучшую сторону.	сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, принимать помощь от учителя.		с места) (тематический)			
10	Прыжки в длину с разбега. (1 ч) Освоение техники прыжка в длину с разбега. Многоскоки. Игра «Попади в мяч».	Осваивать технику прыжка в длину с разбега, многоскоков. Проводить игру «Попади в мяч». Развивать скоростно-силовые качества и гибкости, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Рассказывать правила соревнований в беге, прыжках	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	Познавательные: выделять нужную информацию, ориентироваться в выборе способов решения задач. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, принимать помощь от учителя.	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега, технически правильно отталкиваться и приземляться	Контрольное упражнение (6 – минутный бег) (тематический)			

1 1	Прыжки в длину с разбега. (1 ч) Освоение техники прыжка в длину с разбега. Игра «Попади в мяч». Влияние бега на здоровье	Осваивать технику прыжка в длину с разбега. Проводить игру «Попади в мяч». Развивать скоростно-силовые качества и гибкости, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Рассказывать о влиянии бега на здоровье	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	Познавательные: выделять нужную информацию, анализировать свои учебные действия. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, осознавать качество и уровень освоения, адекватное восприятие учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, в сотрудничестве с учителем и партнерами устранять недочеты.	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега, технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий			Комп1
1 2	Прыжки с разбега. (1 ч) Освоение техники прыжка в длину с разбега. Игра «Гуси-лебеди». Влияние бега на здоровье	Осваивать технику прыжка в длину с разбега. Развивать скоростно-силовые качества и гибкости, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Рассказывать о влиянии бега на здоровье Проводить игру «Гуси-лебеди».	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	Познавательные: выделять нужную информацию, анализировать свои учебные действия. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, осознавать качество и уровень освоения, адекватное восприятие учителя оценке выполненных	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега, технически правильно отталкиваться и приземляться	Текущий			Ком1

				действий. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, в сотрудничестве с учителем и партнерами устранять недочеты.					
1 3	Метание мяча. (1 ч) Метание в цель с 4–5 м. Игра «Попади в мяч». Правила соревнований в метании	Осваивать технику метания малого мяча с места на дальность в цель с 4–5 м. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проводить игру «Попади в мяч». Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Понимать и объяснять правила соревнований в метании	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности	Научиться выполнять легкоатлетические упражнения – метание теннисного мяча с правильной постановкой руки	Контр оль- ное упраж не- ние (подт ягива ние) (тема тичес кий			
1 4	Метание мяча в цель с 4–5 м. (1 ч)	Осваивать технику метания малого мяча с места на дальность в цель с 4–5 м. Соблюдать правила техники безопасности при	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и	Научиться выполнять легкоатлетические упражнения –	Теку щий			Ком 1

	Игра «Попади в мяч». Правила соревнований в метании	метании малого мяча. Проводить игру «Попади в мяч». Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча, умения выявлять технические ошибки и исправлять их. Понимать и объяснять правила соревнований в метании	Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности	метание теннисного мяча с правильной постановкой руки				
1 5	Метание набивного мяча с места на заданное расстояние. (1 ч) Игра «Кто дальше бросит» Правила соревнований в метании	Осваивать технику метания набивного мяча с места на заданное расстояние. Проводить игру «Кто дальше бросит». Развивать скоростно-силовые качества. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное	Научиться технике метания мяча с места на дальность расстояния.	Текущ ий			Ком 2

				сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности					
1 6	Метание мяча. Правила соревнований в метании (1 ч) Метание набивного мяча с места на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит» Правила соревнований в метании	Осваивать технику метания набивного мяча с места на заданное расстояние. Проводить игру «Кто дальше бросит». Развивать скоростно-силовые качества. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности	Научиться технике метания мяча с места на дальность расстояния.	Текущий			Ком 2
1 7	Метание мяча. Правила соревнований в метании (1 ч) Метание набивного мяча с места на	Осваивать технику метания набивного мяча с места на заданное расстояние. Проводить игру «Кто дальше бросит». Развивать скоростно-силовые качества.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные:	Научиться технике метания мяча с места на дальность расстояния.	Текущий			Ком 2

	заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит» Правила соревнований в метании	Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча, умения выявлять технические ошибки и исправлять их.	ти.	вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности					
Практическая часть. Гимнастика (18 ч)									
1 8	Инструктаж по технике безопасности. Акробатика. Строевые упражнения (1 ч) Выполнение команд: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».	Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Отрабатывать перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой, 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Проводить игру «Спортивные эстафеты». Развивать	Формирование мотивации к обучению, осознание и принятие роли обучающего.	Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, осуществлять контроль за учебными действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы и обращаться за помощью	Научиться соблюдать правила безопасности во время занятий физическими упражнениями. Различать и выполнять строевые команды.	Текущ ий			Ком 2

		координационные способности. Соблюдать инструктаж по ТБ							
19	Акробатика. Строевые упражнения (1 ч) Освоение техники выполнения акробатических упражнений. Игра «Спортивные эстафеты».	Выполнять построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга, перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой, 2–3 кувырка вперед. Осваивать стойку на лопатках, мост из положения лежа на спине. Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. ОРУ. Проводить игру «Спортивные эстафеты». Развивать координационные способности.	Формирование положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой, самооценка на основе критериев успешной деятельности	Познавательные: выделять познавательную цель и использовать общие приемы решения задач. Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, осуществлять контроль за учебными действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы и обращаться за помощью.	Научиться различать и выполнять строевые команды, акробатические элементы – кувырки, перекаты; соблюдать правила поведения во время занятий физическими упражнениями	Текущий			Ком 2
20	Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. (1 ч) Акробатика. Строевые упражнения. Освоение техники	Выполнять построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга, перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой, 2–3 кувырка вперед. Осваивать стойку на лопатках, мост из положения лежа на спине.	Формирование положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой, самооценка на основе критериев успешной деятельности	Познавательные: выделять познавательную цель и использовать общие приемы решения задач. Регулятивные: формулировать и удерживать учебную задачу, осуществлять контроль за учебными	Научиться различать и выполнять строевые команды, акробатические элементы – кувырки, перекаты; соблюдать	Текущий			Ком 2

	выполнения акробатических упражнений. Игра «Совушка».	Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. Проводить игру «Совушка». Развивать координационные способности.		действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы и обращаться за помощью.	правила поведения во время занятий физическими упражнениями				
2 1	Перекаты. Кувырки вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. (1 ч) Акробатика. Строевые упражнения. Игра «Совушка».	Выполнять построение в две шеренги, перестроение из двух шеренг в два круга, перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой, 2–3 кувырка вперед. Осваивать стойку на лопатках, мост из положения лежа на спине. Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. Проводить игру «Совушка». Развивать координационные способности.	Развитие самооценки на основе успешной деятельности и показателей результатов.	Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, осуществлять контроль за учебными действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы, слушать собеседника оказывать помощь в учебных действиях.	Научиться выполнять упражнения на развитие координации движений	Текущий			Ком 2

2 2	Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. (1 ч) Акробатика. Строевые упражнения. Игра «Совушка».	Выполнять комбинации из разученных элементов: перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой; 2–3 кувырка вперед; стойку на лопатках; мост из положения лежа на спине. Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. Развивать координационные способности.	Развитие самооценки на основе успешной деятельности и показателей результатов.	Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, осуществлять контроль за учебными действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы, слушать собеседника оказывать помощь в учебных действиях	Научиться: выполнять стойку на лопатках, «мост» перекаты; упражнения в группировке и возвращаться в исходное положение; организовывать и проводить подвижные игры	Текущий			
2 3	Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине (1 ч) Акробатика. Строевые упражнения. Комбинация из	Выполнять комбинации из разученных элементов: перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой; 2–3 кувырка вперед; стойку на лопатках; мост из положения лежа на спине.	Развитие самооценки на основе успешной деятельности и показателей результатов.	Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и	Научиться демонстрировать правильное выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнять перекаты и	Тематический. Учёт по выполнению строевых			Ком 2

	разученных элементов. Игра «Западня».	Осваивать технику выполнения акробатических упражнений. Развивать координационные способности.		условиями ее реализации, осуществлять контроль за учебными действиями. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, ставить вопросы, слушать собеседника оказывать помощь в учебных действиях	группировку с последующей опорой руками за головой; 2–3 кувырка вперед; стойку на лопатках; мост из положения лежа на спине.	команд, акробатических элементов раздельно и в комбинации			
2 4	Висы. Гимнастические упражнения. (1 ч) Передвижение и повороты на гимнастическом бревне или узкой рейке гимнастической скамьи. Вис стоя и лежа.	Выполнять передвижение и повороты на гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис стоя и лежа. Отрабатывать ОРУ с обручами. Проводить подвижную игру «Маскировка в колоннах». Развивать силовые способности.	Формирование положительного отношения к школе, к занятиям физической культурой	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.	Научиться правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Текущий			Ком 2
2	Висы стоя и лежа. Передвижение и	Осваивать передвижение и повороты на	Формирование установки на	Познавательные: самостоятельно	Научиться правильно	Теку			Ком 2

5	повороты на гимнастическом бревне (1 ч) Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей	гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис стоя и лежа. отрабатывать упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке, ОРУ с обручами. Проводить подвижную игру «Маскировка в колоннах». Развивать силовые способности.	здоровый образ жизни, работе на результат.	выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.	выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	щий			
2 6	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. (1 ч) Гимнастические упражнения на на гимнастическом бревне или скамейке. Подвижная игра «Космонавты».	Осваивать передвижение и повороты на гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис на согнутых руках. Отрабатывать подтягивание в висе, упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке, ОРУ с обручами. Организовывать подвижную игру «Космонавты». Развивать силовые способности.	Формирование мотивации к творческому труду, безопасному здоровому образу жизни.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать	Научиться правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Текущий			Ком 2

				партнеру.					
2 7	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. (1 ч) Гимнастические упражнения. Передвижение и повороты на гимнастическом бревне. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке.	Осваивать передвижение и повороты на гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис на согнутых руках. Отрабатывать подтягивание в висе, упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке, ОРУ с обручами. Организовывать подвижную игру «Космонавты». Развивать силовые способности	Формирование моральных, нравственных начал, проявляющихся в процессе физической деятельности помощь.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру	Научиться правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Текущий			Ком 2
2 8	Инструктаж по Т.Б Висы. Гимнастические упражнения (1 ч) Передвижение и повороты на гимнастическом бревне. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в	Осваивать передвижение и повороты на гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис стоя и лежа, вис на согнутых руках, подтягивание в висе. Отрабатывать упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке, ОРУ с предметами. Организовывать	Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с	Научиться правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для	Текущий			Ком 2

	упоре лежа на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Отгадай, чей голосок».	подвижную игру «Отгадай, чей голосок». Развивать силовые способности		партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру	укрепления здоровья				
2 9	Висы. Гимнастические упражнения (1 ч) Передвижение и повороты на гимнастическом бревне. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Отгадай, чей голосок».	Осваивать передвижение и повороты на гимнастическом бревне или гимнастической скамье, вис стоя и лежа, вис на согнутых руках, подтягивание в висе. Отрабатывать упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке, ОРУ с предметами. Организовывать подвижную игру «Отгадай, чей голосок». Развивать силовые способности	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам партнеров.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: планировать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру	Научиться правильно выполнять висы для укрепления брюшного пресса; характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья	Текущий			Ком 2
3 0	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Лазание по канату (1 ч) Лазание по канату на высоту до 3м. Игра «Посадка	Осваивать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Отрабатывать ОРУ, лазание по канату на высоту до 3 м. Организовывать игру «Посадка картофеля». Развивать	Формирование трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии	Научиться правильно передвигаться по диагонали, противоходом, «змейкой», лазать по канату на высоту до 3 м.	Текущий			Ком 2

	картофеля».	координационные способности		с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.					
3 1	Лазание по канату на высоту до 3 м. Упражнения на развитие равновесия (1 ч) Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м).	Осваивать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Отрабатывать ходьбу приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Организовывать игру «Не ошибись». Развивать координационные способности	Развитие трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером,	Научиться лазанию по канату и упражнениям на развитие равновесия.	Текущий			Ком 2

				формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.					
3 2	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии (1 ч) Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м).	Осваивать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». Отрабатывать ходьбу приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Организовывать игру «Не ошибись». Развивать координационные способности	Развитие трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.	Научиться опорному прыжку, лазанию по канату, упражнениям на развитие равновесия	Текущий			
3 3	Опорный прыжок, лазание, Перелезание через гимнастического коня. (1 ч)	Отрабатывать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой», ОРУ, перелезание через гимнастического коня,	Развитие трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач.	Научиться опорному прыжку, перелезанию через гимнастическо-	Текущий			Ком 2

	Упражнения в равновесии. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками	лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Организовывать игру «Резиночка». Развивать координационные способности		Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.	го коня, лазанию по канату, по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками.				
3 4	Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками (1 ч) Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии	Отрабатывать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой», ОРУ, перелезание через гимнастического коня, лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Организовывать игру «Резиночка». Развивать координационные способности	Развитие трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения.	Научиться лазанию по наклонной скамейке.	Текущий			Ком 2

				Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.					
3 5	Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке. (1 ч) Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии	Отрабатывать передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой», ОРУ, перелезание через гимнастического коня, лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Организовывать игру «Аисты». Развивать координационные способности	Развитие трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Познавательные: формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: взаимодействовать с партнером, формулировать свои затруднения, принимать и оказывать помощь партнеру.	Научиться лазанию по наклонной скамейке.	Текущий			Ком 2
Теоретическая часть. Здоровый образ жизни (2 ч)									

3 6	Здоровый образ жизни (1 ч) Режим выходного дня. Спортивная одежда. Закаливание. Правильная осанка. Комплекс утренней гимнастики № 2.	Составлять правила составления режима дня. Отрабатывать комплекс утренней гимнастики №2: упражнения с предметами. Понимать и объяснять основы закаливания. Осваивать на практике усиление комплекса для формирования правильной осанки.	Формирование установки на безопасный здоровый образ жизни.	Познавательные: выделять познавательную цель и отбор нужной информации для осуществления практической деятельности. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Знать о правильном использовании спортивной одежды, правильной осанке, закаливании. Научиться составлять режим дня, выполнять комплекс утренней гимнастики № 2, проводить правильное закаливание.	Текущий			
3 7	Мой организм. Начальные основы анатомии человека (1 ч) Опорно –	Понимать и объяснять информацию о своем организме. Перерабатывать полученную информацию в знаково-модельной	Формирование установки на безопасный здоровый образ жизни.	Познавательные: формулировать проблему, осуществлять поиск информации с помощью смыслового	Знать об опорно-двигательной, сердечно-сосудистой и дыхательной	Тематический. Составление			

	двигательная система, гимнастика для пальцев рук, комплекс упражнений с мячом или мягкой игрушкой. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Процесс дыхания. Роль витаминов и биологически значимых элементов для здоровья человека.	форме изучения теории об организме человека. Составлять и отрабатывать комплекс упражнений с мячом или мягкой игрушкой на практике.		чтения и выделять нужную информацию через знаково-символические действия. Регулятивные: производить выбор учебного действия, вносить коррекцию, адекватно воспринимать оценку учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: планировать сотрудничество с учителем и партнером, распределять роли в совместной деятельности, уметь слушать партнера и в понятной форме доносить свои мысли.	системах, о роли витаминов в организме человека. Научиться перерабатывать полученную информацию об организме человека; Составлять и отрабатывать комплекс упражнений с мячом или мягкой игрушкой на практике.	комплекс утренней гимнастики с мячом.			
Практическая часть. Подвижные игры (18 ч)									
3 8	Техника безопасности и правила поведения во время занятий подвижными играми	Понимать технику безопасности и правил поведения во время занятий подвижными играми. Отрабатывать и контролировать знания	Формирование установки на безопасный здоровый образ жизни, самоопределение внутренней позиции	Познавательные: выделять познавательную цель и отбор нужной информации для осуществления практической	Научиться выполнять правила поведения и соблюдать технику безопасности	Текущий			Ком 3

	(1ч) Подвижные игры на основе спортивных игр. Названия игр.	техники безопасности и правил поведения во время занятий подвижными играми.	школьника на основе положительного отношения к обучению.	деятельности. Регулятивные: выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	для сохранения своего здоровья во время занятий подвижными играми.				
3 9	Подвижные игры: «Пустое место», «Белые медведи». (1 ч) ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Пустое место», «Белые медведи». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: определять планирование, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Коммуникативные:	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать	Текущий			Ком 3

				планировать учебное сотрудничество, определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	игры.				
4 0	Подвижные игры: «Пустое место», «Белые медведи». (1 ч) ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Пустое место», «Белые медведи». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: определять планирование, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			
4	Подвижные игры: «Мяч ловцу»,	Называть игры и формулировать их	Понимание причин успеха в учебной	Познавательные: самостоятельно	Научиться играть в	Текущий			Ком

1	«Пустое место», «Белые медведи». (1 ч) ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	правила. Организовывать игры: «Пустое место», «Белые медведи». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	выделять и формулировать познавательную цель Регулятивные: определять планирование, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.				3
4 2	Подвижные игры: «Гонка мячей по кругу», «Пустое место», «Белые медведи». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Гонка мячей по кругу», «Пустое место», «Белые медведи». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные:	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать	Текущий			

		силовые способности		договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	игры. ,				
4 3	Подвижные игры: «Вызови по имени». «Пустое место». (1 ч) ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Вызови по имени», «Пустое место». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			Ком 3
4 4	Подвижные игры: «Овладей мячом», «Белые медведи».	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры:	Развитие самостоятельности и личной ответственности,	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач.	Научиться играть в подвижные игры с бегом,	Текущий			Ком 3

	(1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	«Овладей мячом», «Белые медведи». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.				
4 5	Подвижная игра «Подвижная цель». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Подвижная цель». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			Ком 3

				деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии					
4 6	Подвижные игры: «Охотники и утки», «Прыжки по полосам». (1 ч) ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Охотники и утки», «Прыжки по полосам». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно- силовые способности	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Теку щий			Ком 3
4 7	Подвижные игры «Быстро и точно», «Вол во рву». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно- силовых	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Быстро и точно», «Вол во рву». Соблюдать правила	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать	Теку щий			

	способностей	поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	при выполнении упражнений и участия в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.				
4 8	Подвижные игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			

				общении и взаимодействии					
4 9	Инструктаж по Т.Б Подвижные игры: «Борьба за мяч», «Прыжки по полосам», «Вол во рву». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. Развивать скоростно-силовые способности	Развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания партнеру	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			Ком 3
5 0	Подвижные игры: «Передал - садись» «Перестрелка». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Называть игры и формулировать их правила. Организовывать игры: «Передал - садись» «Перестрелка». Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время	Формирование мотивации к учебной деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, соблюдать правила поведения и предупрежде-	Текущий			Ком 3

		занятий. Развивать скоростно-силовые способности		итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	ния травматизма, организовывать игры.				
5 1	Подвижные игры: «Заяц без логова», «Удочка». (1 ч) ОРУ с обручами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Самостоятельно организовывать и проводить игры со сверстниками, взаимодействовать по правилам игр. Развивать скоростно-силовые способности.	Формирование мотивации к учебной деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, проводить ОРУ с обручами, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			

5 2	Подвижные игры: «Наступление», «Метко в цель». (1 ч) ОРУ с мячами. Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Самостоятельно организовывать и проводить игры со сверстниками, взаимодействовать по правилам игр. Развивать скоростно-силовые способности.	Формирование мотивации к учебной деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, проводить ОРУ с мячами, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			Ком 3
5 3	Подвижные игры: «Кто дальше бросит», «Кто обгонит» (1 ч) ОРУ. Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых способностей	Самостоятельно организовывать и проводить игры со сверстниками, взаимодействовать по правилам игр. Развивать скоростно-силовые способности.	Формирование мотивации к учебной деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль.	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, проводить ОРУ с обручами, соблюдать правила поведения и предупрежде-	Текущий			Ком 3

				Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	ния травматизма, организовывать игры.				
5 4	Подвижные игры: «Вызов номеров», «Защита укреплений», Кузнечики» (1 ч) ОРУ. Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей	Самостоятельно организовывать и проводить игры со сверстниками, взаимодействовать по правилам игр. Развивать скоростно-силовые способности.	Формирование мотивации к учебной деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии	Научиться играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, проводить ОРУ с гимнастическими палками, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.	Текущий			Ком 3
5 5	Подвижные игры: «Попади в мяч». «Паровозики»,	Самостоятельно организовывать и проводить игры со	Формирование мотивации к учебной	Познавательные: использовать общие приемы решения	Научиться играть в подвижные	Текущий			Ком 3

	«Наступление». (1 ч) ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	сверстниками, взаимодействовать по правилам игр. Развивать скоростно-силовые способности.	деятельности, готовности не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций	поставленных задач. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре, осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	игры с бегом, прыжками, метаниями, проводить ОРУ и эстафеты с обручами, мячами, гимнастическими палками, соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма, организовывать игры.				
--	---	--	--	--	---	--	--	--	--

Практическая часть. Коньки (18 ч)

5 6	Правила техники безопасности, порядок передвижения на коньках (1 ч) История коньков Значение занятий на коньках для здоровья. Особенности	Выбирать из учебника, презентации, рассказа учителя информацию об истории коньков. Объяснять значение занятий коньками для здоровья, особенности дыхания при передвижении на коньках. Понимать технику безопасности и правил поведения во время передвижения на коньках.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и	Научиться объяснять значение занятий коньками для здоровья, особенности дыхания при передвижении на коньках; технически правильно выполнять	Текущий			Ком 4
--------	--	--	--	--	---	---------	--	--	-------

	дыхания при передвижении на коньках	Отрабатывать и контролировать знания техники безопасности и правил поведения во время передвижения на коньках. Выявлять технические ошибки и исправлять их.		четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	движение на коньках; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой				
5 7	Порядок передвижения на коньках за учителем. (1 ч) Основные требования занятиям на коньках .Понятие об обморожении. Техника безопасности при занятиях на коньках.	Выбирать информацию об основных требованиях на занятиях коньками, об обморожении. Объяснять основные требования к конькам. Осваивать технику передвижения на коньках. Отрабатывать и контролировать знания техники безопасности и правил поведения во время передвижения на коньках. Выявлять технические ошибки и исправлять их	Проявление смелости, выносливости, настойчивости при освоении техники; преодоление естественных трудностей (мороза, ветра).	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности,	Научиться выполнять основные требования к занятиям, соблюдать правила безопасного поведения при занятиях физическими упражнениями в зимний период времени (беседа), оказывать первую помощь при обморожении, формировать	Текущий			

				ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	навыки передвижения на коньках.				
5 8	Передвижение на коньках. (1 ч) . Игра «Кто дальше?»	Осваивать технику передвижения на коньках.. Организовывать игру «Кто дальше?» Развивать выносливость и координационные способности. Проявлять смелость и настойчивость в преодолении трудностей. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Проявление смелости, выносливости, настойчивости при освоении техники; преодоление естественных трудностей (мороза, ветра).	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научиться технике передвижения .	Текущий			Ком 4
5 9	Игра «Хоккей на	Осваивать технику передвижения на коньках. Организовывать игру Хоккей на валенках»	Формирование установки на безопасный здоровый образ	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и	Научиться технике игры «хоккей на валенках»	Текущий			

	валенках».	Выявлять технические ошибки и исправлять их.	жизни, самоопределение внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к обучению.	способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.					
60	Передвижение на коньках. Игры: «Попади снежком в цель». Развитие выносливости и координационных способностей при катании на коньках.	Развивать выносливость и координационные способности при прохождении на коньках. Организовывать игры: «Смелые воробушки», «Попади снежком в цель» Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Научиться технике передвижения на коньках, видеть технические ошибки и исправлять их.	Текущий			Ком 4

				Коммуникативные: задавать вопросы; контролировать действия партнера; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.						
6 1	Игры: «Хоккей на валенках», «Попади снежком в цель». Развитие выносливости и координационных способностей . Техника безопасности на занятиях.	Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках . Организовывать игры: «Хоккей на валенках», «Попади снежком в цель» Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задавать вопросы; контролировать действия партнера; договариваться и	Научиться видеть технические ошибки и исправлять их.	Текущий				

				приходить к общему решению в совместной деятельности, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
6 2	Игры: «Смелые воробушки», «Попади снежком в цель», «Охотники и олени». Развитие выносливости и координационных способностей.	Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Организовывать игры: «Смелые воробушки», «Попади снежком в цель», «Охотники и олени». Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задавать вопросы; контролировать действия партнера; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, проявлять положительные	Научиться технике катания на коньках, видеть технические ошибки и исправлять их.	Текущий			Ком 4

				качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
6 3	Катание на коньках Игры: «Два мороза», «Два дома». Развитие выносливости и координационных способностей при катания на коньках. Техника безопасности на занятиях.	Осваивать технику катания на коньках. Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Организовывать игры: «Два мороза», «Два дома». Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задавать вопросы; контролировать действия партнера; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научиться технике катания на коньках.	Текущий			Ком 4

6 4	Игры «Хоккей на валенках»: «Два мороза», «Два дома». Развитие выносливости и координационных способностей при катании на коньках.	Осваивать технику катания на коньках. Развивать выносливость и координационные способности. Организовывать игры: «Два мороза», «Два дома».» «Хоккей на валенках» Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задавать вопросы; контролировать действия партнера; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научиться технике катания на коньках, видеть технические ошибки и исправлять их.	Текущий			
6 5	Катания на коньках. Развитие выносливости и координационных	Осваивать технику со сменой темпа. Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Выявлять	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата,	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления.	Научиться технике передвижения на коньках со сменой темпа, видеть	Текущий			

	способностей при катании на коньках.	технические ошибки и исправлять их.	проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений на коньках, принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	технические ошибки и исправлять их.				
6 6	Хоккей на валенках. Развитие выносливости и координационных способностей при катании на коньках.	Осваивать технику катания на коньках со сменой темпа. Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата, проявление настойчивости и упорства в преодолении трудностей.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений на коньках, принимать инструкцию педагога и четко следовать ей;	Научиться технике катания на коньках со сменой темпа, видеть технические ошибки и исправлять их.	Текущий			Компл 4

				осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.					
6 7	Катания на коньках. Эстафеты. Игра «Кто дальше?»	Осваивать технику катания на коньках в максимальном темпе. Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Выявлять технические ошибки и исправлять их. Проявлять упорство в преодолении дистанции в эстафете и игре «Кто дальше?»	Проявление трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на	Научиться кататься на коньках максимальном темпе.	Текущий			

				позицию партнера в общении и взаимодействии.					
6 8	Катания на коньках. Эстафеты. Игра «Кто дальше?»	Осваивать технику катания на коньках в максимальном темпе. Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Выявлять технические ошибки и исправлять их. Проявлять упорство в преодолении дистанции в эстафете и игре «Кто дальше?»	Проявление трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	Научиться кататься на коньках в максимальном темпе.	Текущий			Компл 4
6 9	Развитие выносливости и координационных способностей. Игра «Вызов номеров».	Осваивать технику игр. Развивать выносливость и координационные способности при «Хоккеи на валенках»	Проявление трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их	Научиться кататься на коньках.	Текущий			

	«Хоккей на валенках» Техника безопасности на занятии.	Выявлять технические ошибки в упражнениях, игре и исправлять их.		осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.					
7 0	Катания на коньках. Развитие выносливости и координационных способностей. Игра «Вызов номеров».	Развивать выносливость и координационные способности при катании на коньках. Выявлять технические ошибки в упражнениях, игре и исправлять их.	Проявление трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и	Научиться кататься на коньках.	Текущий			Комп 4

				четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваться и распределять роли в игровой совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.					
7 1	Эстафеты и игры . (1 ч) Эстафеты. Игры «Кто дальше», «Охотники и олени», «Вызов номеров». Развитие выносливости и координационных способностей	Демонстрировать технику катания на коньках. Развивать выносливость и координационные способности при выполнении упражнений в эстафете, играх. Выявлять технические ошибки в упражнениях, игре и исправлять их	Осознание причастности к успеху в учебной деятельности, формирование мотивов социального признания.	Познавательные: осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результатов деятельности. Регулятивные: осуществлять выполнение учебных задач с помощью контроля, коррекции, саморегуляции (способность к мобилизации сил). Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, распределять роли в игре и эстафете, проявлять	Научиться правильно выполнять технику катания на коньках.	Текущий			Ком 4

				положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
7 2	Эстафеты и игры Эстафеты. Игры «Кто дальше», «Охотники и олени», «Вызов номеров». Развитие выносливости и координационных способностей	Демонстрировать технику передвижения в разных позициях. Развивать выносливость и координационные способности при эстафете, играх. Выявлять технические ошибки в упражнениях, игре и исправлять их.	Осознание причастности к успеху в учебной деятельности, формирование мотивов социального признания.	Познавательные: осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результатов деятельности. Регулятивные: осуществлять выполнение учебных задач с помощью контроля, коррекции, саморегуляции (способность к мобилизации сил). Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, распределять роли в игре и эстафете, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научиться правильно выполнять технику катания на коньках.	Текущий			Ком 4

7 3	Хоккей на валенках	Развивать выносливость и координационные способности при игре. Выявлять технические ошибки в упражнениях, игре и исправлять их.	Осознание причастности к успеху в учебной деятельности, формирование мотивов социального признания.	Познавательные: осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результатов деятельности. Регулятивные: осуществлять выполнение учебных задач с помощью контроля, коррекции, саморегуляции (способность к мобилизации сил). Коммуникативные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями и партнером в различных нестандартных ситуациях.	Научиться правильно играть в «хоккей на валенках»	Индивидуальный зачет			Ком 4
--------	---------------------------	---	---	--	---	----------------------	--	--	----------

Теоретическая часть. Спорт (1 ч)

7 4	Виды спорта (1 ч) Виды спорта, которыми можно заниматься с 9-10 лет: биатлон,	Осваивать информацию о видах спорта, которыми можно заниматься с 9-10 лет: биатлон, волейбол, велоспорт, баскетбол, футбол. Объяснять понятия:	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в мяч.	Познавательные: искать и выделять нужную информацию через различные источники, перерабатывать полученную	Научиться отличать виды спорта, которыми можно заниматься с 9-10 лет:	Текущий			Ком 5
--------	---	---	--	--	---	---------	--	--	----------

	волейбол, велоспорт, баскетбол, футбол. Понятия: тренер, спортсмен, спортивная тренировка.	тренер, спортсмен, спортивная тренировка. Перерабатывать полученную информацию в знаково-модельной форме.		информацию в знаково-модельной форме. Регулятивные: ставить и сохранять учебную задачу, осуществлять контроль и коррекцию, адекватно воспринимать оценку учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь слушать собеседника, задавать вопросы и отвечать на них, с достаточной полнотой и ясностью выражать свои мысли.	биатлон, волейбол, велоспорт, баскетбол, футбол.				
--	---	--	--	--	--	--	--	--	--

Практическая часть. Спортивные игры (20 ч)

7 5	Подвижные игры на основе футбола. Техника безопасности. (1 ч) Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной 7-8 м) мишень. Ведение	Осваивать технику безопасности и совершенствовать технику игры на основе футбола, использовать в игровой деятельности. Развивать координационные способности в играх: «Передал – садись», «Мяч – среднему». Выявлять технические ошибки игре и исправлять	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в мяч, проявление упорства в достижении результата.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и	Научиться правилам игры на основе футбола, развивать координационные способности.	Текущий			Ком 5
--------	---	--	---	--	---	---------	--	--	----------

	мяча между предметами и с обводкой предметов. ОРУ. Игра «Передал – садись». Игра «Мяч – среднему» Развитие координационных способностей	их.		четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
7 6	Подвижные игры на основе футбола. (1 ч) Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7-8 м) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Игра «Борьба за мяч. Развитие координационных	Осваивать технику безопасности и совершенствовать технику игры на основе футбола, использовать в игровой деятельности. Развивать координационные способности в играх: «Гонка мячей по кругу», «Борьба за мяч. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в мяч, проявление упорства в достижении результата.	Познавательные: самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные	Научиться правилам игры на основе футбола, развивать координационные способности.	Текущий			Ком 5

	способностей			качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
7 7	Подвижные игры на основе футбола. (1 ч) Развитие координационных способностей в играх: «Передал – садись», «Мяч – среднему», Гонка мячей по кругу», «Борьба за мяч.	Совершенствовать и демонстрировать технику подвижной игры на основе футбола. Развивать координационные способности в играх: «Передал – садись», «Мяч – среднему», «Гонка мячей по кругу», «Борьба за мяч. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в мяч, проявление упорства в достижении результата.	Познавательные: самостоятельно формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознать качество и уровень усвоения, адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научиться правилам игры на основе футбола, развивать координационные способности	Тематический			
7 8	Техника безопасности в играх на основе баскетбола. Ловля и передача мяча	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Знать технику безопасности в играх на основе баскетбола. Научиться	Текущий			

	двумя руками от груди (1 ч) Подвижные игры на основе баскетбола. Передача мяча игрокам команды. Обучение броску по кольцу. Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»). Игра «Гонка мячей по кругу». Мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в игре «Гонка мячей по кругу». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	мяч, проявление упорства в достижении результата	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
7 9	Ловля и передача мяча игрокам команды. (1 ч)	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий			Ком 5

	Подвижные игры на основе баскетбола Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Обгони мяч», «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	мяч, проявление упорства в достижении результата	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
80	Ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу.	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к обучению, развитие интереса к спортивным играм в	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий			

	(1 ч) Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передача мяча игрокам команды. Специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»). Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Обгони мяч», «Перестрелка». Выявлять технические ошибки в игре и исправлять их.	мяч, проявление упорства в достижении результата	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
8 1	Специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов.	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к игровой деятельности, умение управлять	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий			Ком 5

	(1 ч) Подвижные игры на основе баскетбола Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передача мяча игрокам команды. ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Обгони мяч», «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их. .	эмоциями в процессе учебной игры.	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
8 2	Подвижные игры на основе баскетбола: «Обгони мяч», «Перестрелка».	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к игровой деятельности, умение управлять	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий			Ком 5

	(1 ч) Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передача мяча игрокам команды. Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Обгони мяч», «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	эмоциями в процессе учебной игры.	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.					
8 3	Подвижные игры на основе баскетбола: «Обгони мяч», «Перестрелка».	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к игровой деятельности, умение управлять	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий				Ком 6

	(1 ч) Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передача мяча игрокам команды. Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Обгони мяч», «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Обгони мяч», «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	эмоциями в процессе учебной игры.	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.					
8 4	Подвижные игры на основе баскетбола. Мини-баскетбол. (1 ч)	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к игровой деятельности, умение управлять	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий				Ком

	Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Передача мяча игрокам команды. Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой») Обучение броску по кольцу. ОРУ. Игры: «Перестрелка». Развитие координационных способностей	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	эмоциями в процессе учебной игры.	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
8 5	Мини-баскетбол. Правила игры. (1 ч) ОРУ. Правила игры.	Осваивать технику подвижной игры на основе баскетбола: ловля и передача мяча двумя руками от груди,	Формирование мотивации к игровой деятельности, умение управлять	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники,	Научиться владеть мячом: ловля, передача мяча двумя руками	Текущий			

	Техника безопасности.	передача мяча игрокам команды. Отрабатывать специальные передвижения: остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек («змейкой»), бросок по кольцу. Выполнять ОРУ. Развивать координационные способности в играх: «Перестрелка». Выявлять технические ошибки игре и исправлять их. .	эмоциями в процессе учебной игры.	перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	от груди, держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в кольцо в процессе подвижных игр.				
8 6	Подвижные игры на основе волейбола. Техника безопасности. (1 ч)	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и	Познавательные: самостоятельно формулировать цели и способы их осуществления.	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			

	Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей.	Совершенствовать технические действия спортивной игры «Школа мяча». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознавать качество и уровень усвоения, адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
8 7	Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. (1 ч) Подвижные игры на основе волейбола. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча.	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Мяч ловцу». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: самостоятельно формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознавать качество и уровень усвоения, адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные:	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			

	Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Мяч - ловцу». Развитие координационных способностей			уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
8 8	Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. (1 ч) Подвижные игры на основе волейбола. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Мяч - ловцу». Развитие координационных способностей	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Мяч ловцу». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: самостоятельно формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознавать качество и уровень усвоения, адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			
8	Упражнения для обучения подачам.	Осваивать технику игры на основе волейбола.	Освоение универсальных	Познавательные: самостоятельно	Научиться технике	Текущий			

9	Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча (1 ч) Подвижные игры на основе волейбола. Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Мяч - ловцу». Развитие координационных способностей	Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Мяч ловцу». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознавать качество и уровень усвоения, адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	подвижных игр на основе волейбола.				
9 0	Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. (1 ч) Передача мяча сверху двумя руками	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Не дай мяч водящему». Развивать	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и	Познавательные: самостоятельно формулировать цели и способы их осуществления. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль, осознавать качество и уровень усвоения,	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			Ком 6

	над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных способностей	координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	уважения к соперникам и игрокам своей команды.	адекватное восприятие оценки учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
9 1	Подвижные игры на основе волейбола. Перебрасывание через сетку. (1 ч) Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Не дай мяч водящему».	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Не дай мяч водящему». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники, перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			

	Развитие координационных способностей			энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
9 2	Игра «Мяч соседу». (1 ч) Подвижные игры на основе волейбола Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Развитие координационных Способностей.	Осваивать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Мяч соседу». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники, перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			Ком 6

				энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
9 3	Игра «Не дай мяч водящему». (1 ч) Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	Демонстрировать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Мяч соседу». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники, перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			Ком 6

				энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
9 4	Игра «Играй, играй, мяч не давай». (1 ч) Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд вверх. Упражнения для обучения подачам. Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча. Перебрасывание через сетку. ОРУ. Игра «Играй, играй, мяч не давай». Развитие	Демонстрировать технику игры на основе волейбола. Объяснять технику безопасности игры на основе волейбола. Совершенствовать технические действия спортивной игры «Играй, играй, мяч не давай». Развивать координационные способности. Выявлять технические ошибки игре и исправлять их.	Освоение универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявление доброжелательности, сдержанности и уважения к соперникам и игрокам своей команды.	Познавательные: осуществлять поиск учебной информации через различные источники, перерабатывать нужную информацию в практической деятельности. Регулятивные: учитывать планирование при выполнении учебного действия, осуществлять пошаговый контроль, видеть ошибки и вносить коррекцию в учебные действия, способность к мобилизации сил и	Научиться технике подвижных игр на основе волейбола.	Текущий			Ком 6

	координационных способностей			энергии, к волевому усилию. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество, уметь договариваться с партнером, проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
Теоретическая часть. История физической культуры и Олимпийское образование (1ч)									
9 5	История физической культуры и Олимпийское образование. (1 ч) Символы Олимпийских игр. Программа и талисманы Олимпийских игр.	Рассказывать об истории физической культуры, о видах спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Различать понятия: «символы и талисманы» Олимпийских игр. Осваивать комплекс утренней гимнастики №4.	Формирование основ гражданской идентичности личности, чувства гордости за Россию, за достижения ее спортсменов – патриотов Родины.	Познавательные: осуществлять поиск нужной информации, перерабатывать информацию с помощью различных знаково-символических действий. Регулятивные: сохранять учебную задачу, выбирать учебное действие, вносить коррекцию в свои ответы и ответы сверстников. Коммуникативные: взаимодействовать в мини-группе по	Научиться различать понятия: «символы и талисманы» Олимпийских игр, виды спорта, входящие в программу Олимпийских игр.	Текущий			

				определению роли участников сотрудничества, уметь управлять партнером, выражать мысли понятно и доступно.					
Практическая часть. Легкая атлетика (7 ч)									
9 6	Техника безопасности в легкой атлетике. Ходьба и бег на результат 30, 60 м (1 ч) Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон»	Осваивать и демонстрировать правильную ходьбу, бег на 30-60м. Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающего	Познавательные: формулировать познавательную цель и осуществлять учебные движения при ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью до 60 м. Регулятивные: формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата Коммуникативные: слушать учителя, задавать вопросы и отвечать на них,	Научиться технике ходьбы и бега.	Итого вый. учёт по бегу 30 м, 60 м			

				поддерживать сверстников, управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.					
9 7	Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с места. (1 ч) Прыжки. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди».	Осваивать и демонстрировать прыжок в длину с разбега, с места, многоскоки. Организовывать игру «Гуси-лебеди». Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	Познавательные: выделять нужную информацию, анализировать свои учебные действия. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, осознавать качество и уровень освоения, адекватное восприятие учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, в сотрудничестве с учителем и партнерами устранять недочеты.	Научиться выполнять прыжки в длину с разбега и с места.	Итоговый учет (прыжок в длину с места)			
9 8	Прыжки в длину с разбега и с места. Многоскоки. (1 ч) Прыжки. Многоскоки.	Осваивать и демонстрировать прыжок в длину с разбега, с места, многоскоки. Организовывать игру «Гуси-лебеди». Развивать скоростные	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной	Познавательные: выделять нужную информацию, анализировать свои учебные действия. Регулятивные: осуществлять контроль	Научиться выполнять многоскоки, прыжки в длину с разбега и с места.	Итоговый учет (прыжок в длину с	Стр 14- 15		Ком 6

	Игра «Гуси-лебеди».	способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	и самоконтроль, осознавать качество и уровень освоения, адекватное восприятие учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, в сотрудничестве с учителем и партнерами устранять недочеты.		разбега)			
9 9	Прыжки в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. (1 ч) Прыжки в высоту. Игра «Прыгающие воробушки».	Осваивать и демонстрировать прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания («ножницы»), многоскоки. Организовывать игру «Прыгающие воробушки». Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Формирование мотивации к обучению, понимание причин успешной или неуспешной учебной деятельности, желание изменить ситуацию в лучшую сторону.	Познавательные: выделять нужную информацию, анализировать свои учебные действия. Регулятивные: осуществлять контроль и самоконтроль, осознавать качество и уровень освоения, адекватное восприятие учителя оценке выполненных действий. Коммуникативные: формулировать свои затруднения, в сотрудничестве с учителем и партнерами устранять недочеты.	Научиться выполнять прыжки в высоту с прямого разбега и с зоны отталкивания.	Итоговый учет (прыжок в высоту с разбега с зоны отталкивания)			Ком 6

10 0	Метание малого мяча с места дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4-5 м. (1 ч) Метание мяча на расстояние и в цель. Игра «Зайцы в огороде».	Осваивать и демонстрировать метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние, метание в цель с 4–5 м. Организовывать игру «Зайцы в огороде». Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности	Научиться технике метания мяча с места, на дальность и на заданное расстояние, в цель с 4-5 м.	Текущ ий			Ком 6
10 1	Метание набивного мяча в цель. (1 ч) Метание мяча на расстояние и в цель. Игра «Зайцы в огороде». Тесты: нормативы	Осваивать и демонстрировать метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние, метание в цель с 4–5 м. Организовывать игру «Зайцы в огороде». Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать	Научиться технике метания набивного мяча.	Текущ ий			Ком

				способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности					
10 2	Метание набивного мяча вперед - вверх на дальность и на заданное расстояние. (1 ч) Метание мяча в разных позициях. Игра «Дальние броски». Итоговый урок : тесты	Организовывать метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние, вперед - вверх на дальность и на заданное расстояние. Организовывать игру «Дальние броски». Развивать скоростные способности. Выявлять технические ошибки и исправлять их.	Развитие самостоятельности, ответственности обучающегося за свои действия. Воспитание отзывчивости, доброжелательности.	Познавательные: ставить и формулировать проблему, выбирать способ ее решения и анализировать учебное действие. Регулятивные: вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Коммуникативные: осуществлять инициативное сотрудничество, обращаться за помощью к партнеру в игровой деятельности	Научиться технике метания набивного мяча вперед - вверх на дальность и на заданное расстояние.	Итоговый (метание мяча разными способами)			Ком 6

