****

**Аннотация**

**к рабочей программе по физической культуре (ФГОС) 3класс**

Рабочая программа составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального образования и авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура».

**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-силовьхх, 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.

Рабочая программа рассчитана на 68 ч.(34 учебные недели, 2 ч. в неделю согласно базисному плану)

Рабочая учебная программа включает в себя: пояснительную записку, общую характеристику курса, описание места предмета в учебном плане, описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета, планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные достижения учащихся), содержание учебного предмета, календарно-тематическое планирование, материально-техническое обеспечение. Срок реализации программы 1 год.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**по физической культуре**

Количество часов:

Всего: 68 часа; в неделю: 2 часа.

Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе примерной программы по предмету «Физическая культура», Комплексной программы физического воспитания учащихся, *Лях, В. И.*Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2014.

**Учебно – методический комплекс:**

1. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Ритмические упражнения, хореография и игры на уроках физической культуры: методическое пособие. - М.: Дрофа, 2015.
2. Кузнецов В.С., Упражнения и игры с мячами. - М.: НЦ ЭНАС, 2017.
3. Лях В.И., Зданевич А.А., Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2017.
4. Лях В.И. Физическая культура: учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. – М.: Просвещение, 2017.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию учебного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

**Предметом обучения физической культуры**в начальной школе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

**Выполнение данной цели**связано с решением следующих **образовательных задач:**

* формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека; укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
* развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
* обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
* содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
* приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;
* развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми;
* обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**Программа по учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе отвечает генеральным целям физкультурного образования-ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. Материал программы направлен на реализацию приоритетных задач образования — формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, а также развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств - гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости. Учебный материал позволяет сформировать у школьников научно обоснованное отношение к окружающему миру, с опорой на предметные, метапредметные результаты и личностные требования.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Наименование разделов и тем** | **Всего часов** |
| 1. | Гимнастика | 20 ч |
| 2. | Подвижные игры | 37 ч |
| 3. | Легкая атлетика | 21 ч |
|  | **ИТОГО** | **68 часа** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ (68 ЧАСА)**

**Гимнастика (20 часов)**

Организующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйсь!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге; повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение по двое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по «диагонали» и «противоходом». Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком; кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; акробатические комбинации; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью); лазанье по канату (3 м) в два и три приема: передвижения и повороты на гимнастическом бревне; опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

 Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сиг- , налу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменой опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

**Подвижные игры (37 часов)**

**Футбол:** удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 м, длиной до 7-8 м) и вертикальную (полоса шириной 2 м, длиной 7-8 м) мишень; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам «Мини-футбол»; подвижные игры «Точная передача», «Передал - садись», «Передай мяч головой». **Баскетбол**: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед вверх; нижняя прямая подача; бросок мяча двумя руками от груди после ведения

и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта», «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»; игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мина-баскетбол»), Пионербол : прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед вверх; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол»; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

**Легкая атлетика (21 часа)**

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее; в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги; в высоту с разбега способом «перешагивание». Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди. Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену, бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно. Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег. Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Подвижные игры. На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей», «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча»; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись - разойдись», «Смена мест». На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний»; «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели». На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире», «Быстрый лыжник», «За мной». перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями: прохождение тренировочных дистанций.

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

В результате освоения программного материала по физической культуре выпускники начальной школы должны: знать:

* о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о правилах составления комплексов утренней зарядки;
* о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
* о физической нагрузке и способах ее регулирования;
* о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

Уметь:

* выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные игры;
* демонстрировать уровень физической подготовленности;
* вести дневник самонаблюдения;
* выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
* подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
* выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
* выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
* оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА**

***Личностные результаты:***

* активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

***Метапредметные результаты:***

* характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
* общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организация самостоятельной деятельности с учётом требовании её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
* анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
* видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
* оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
* управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильное выполнение двигательной. Действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

***Предметные результаты:***

* планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использование средств физической культуры;
* изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
* представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
* оказание посильной помощи и моральной поддержкам сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
* организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
* бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;
* организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
* характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
* взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
* подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
* нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
* выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
* выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельной гости;
* выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

**СИСТЕМА ОЦЕНКИ И ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ**

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

**Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.**

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

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

- старт не из требуемого положения;

- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

- несинхронность выполнения упражнения.

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

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Дата** | **Корректировка** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Тип урока** | **Основные виды учебной деятельности** | **Планируемые предметные результаты освоения материала** | **Универсальные учебные действия** |
| **Легкая атлетика (12 часов)** |
| 1. | 02.09 |  | Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Содержание комплекса утренней зарядки. Подвижная игра «Салки-догонялки» | 1 | Комбинированный | Определяют назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации здоровьесберегающей жизнедеятельности. | - Выполнять действия по образцу,- соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры,- выполнять комплекс УГГ | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:***планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу. |
| 2. | 04.09 |  | Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Подвижная игра «Ловишка» | 1 | Изучение нового материала | Усваивают правила соревнований в прыжках. | - Самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики;- технически правильно отталкиваться и приземляться. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:***понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться |
| 3. | 09.09 |  | Развитие координации движений и ориентации в пространстве упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Игра «Салки с домом». | 1 | Комбинированный. | Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. | - Выполнять организующие строевые команды и приемы; - разминаться, применяя специальные беговые упражнения. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют. |
| 4. | 11.09 |  | Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 х 10 м. Разучивание игры «Ловишка с лентой». | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений. | Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей. | - Выполнять легкоатлетические упражнения;- технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием. | ***Познавательны****е:*ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные****:*формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. |
| 5. | 16.09 |  | Объяснить понятие «пульсометрия». Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места.Подвижная игра «Удочка». | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | - Выполнять легкоатлетические упражнения;- технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину;- соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные****:*используют речь для регуляции своего действия.***Личностные****:*проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей |
| 6. | 18.09 |  | Особенности развития физической культуры у народов Древней Руси. Развитие внимания, координации, ориентировки в пространстве в строевых упражнениях. Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Удочка | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений | Сравнивают физкультуру и спорт эпохи Античности с современными физкультурой и спортом. | - Характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников | ***Познавательные****:*самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми |
| 7. | 23.09 |  | Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели» | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику метания малого мяча разными способами, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. | - Выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов);- выполнять правильное движение рукой для замаха в метании. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 8. | 25.09 |  | Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность.Разучивание упражнений эстафеты «За мячом противника. | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений. | Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений. | - Выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча;- соблюдать правила взаимопонимания с игроками. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 9. | 30.09 |  | Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью человека. Обучение броскам и ловле набивного мяча в парах | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику броска набивного мяча разными способами, осваивают ее самостоятельно, выявляют ошибки в процессе освоения. | - Характеризовать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья;- соблюдать правила взаимодействия с партнером. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей |
| 10. | 02.10 |  | Обучение метанию набивного мяча от плеча одной рукой. Развитие выносливости, координации движений в беге с изменением частоты шагов. Игра «Два Мороза». | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику броска набивного мяча разными способами, осваивают ее самостоятельно, выявляют ошибки в процессе освоения. | - Выполнять бег с изменением частоты шагов, с различным ритмом и темпом;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 11. | 07.10 |  | Развитие выносливости в беге в медленном темпе в течение 5 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете. | 1 | Комбинированный | Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. | - Равномерно распределять свои силы для завершения пятиминутного бега;- оценивать величину нагрузки по частоте пульса. | ***Познавательные:***ориентируются разнообразии способов решения;***Регулятивные***: адекватно воспринимают оценку учителя;***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника |
| 12. | 09.10 |  | Обучение специальным беговым упражнениям. Развитие силы, скорости в беге на дистанцию 30 м. Разучивание игры «Третий лишний». | 1 | Комбинированный. | Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют ошибки в процессе освоения. | - Выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции;- организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| **Подвижные игры, элементы спортивных игр (15 часов)** |
| 13. | 14.10 |  | Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимнастическими палками и со скакалкой. Развитие координационных способностей в эстафетах с гимнастическими палками. Подвижная игра «Удочка» | 1 | Комбинированный | Различают строевые команды. | - Оценивать дистанцию и интервал в строю;- выполнять упражнения с гимнастическими палками;- пробегать через вращающуюся скакалку. | ***Познавательные***: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные***: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 14. | 16.10 |  | Развитие внимания, скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр. Совершенствование упражнений акробатики. | 1 | Применение знаний и умений. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Организовывать и проводить подвижные игры;- контролировать свои действия в игре. | ***Познавательные***: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.***Регулятивные***: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия. |
| 15. | 21.10 |  | Правила выполнения упражнений с мячом. Обучение общеразвивающим упражнениям с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Выши- балы». | 1 | Комбинированный. | Соблюдают правила безопасности. | - Грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми |
| 16. | 23.10 |  | Совершенствование бросков и ловли мяча в паре. Разучивание игры «Мяч соседу». | 1 | Комбинированный. | Организовывают и проводят совместно со сверстниками данные игры, осуществляют судейство. | - Технически правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами;-выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 17. | 28.10 |  | Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему». | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;- точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель(круг). | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей |
| 18. | 30.10 |  | Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему». | 1 | Применение знаний и умений. | Соблюдают правила безопасности. | - Грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми |
| 19. | 18.11 |  | Совершенствование броска и ловли мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Выполнять ведение мяча различными способами. | ***Познавательные****:*ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 20. | 20.11 |  | Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения.Подвижная игра «Мяч соседу». | 1 | Применение знаний и умений. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения;- добиваться достижения конечного результата. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:*оценивают**правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные****:*допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные****:*проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 21. | 25.11 |  | Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения. Подвижная игра «Бросок мяча в колонне» | 1 | Комбинированный. | Организовывают и проводят совместно со сверстниками данные игры, осуществляют судейство. | - Выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;- точно бросать мяч одной рукой и попадать в кольцо. | ***Познавательные****:*ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные****:*выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные****:*ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 22. | 27.11 |  | Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в парах. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах». | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами;- организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные****:*используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата. |
| 23. | 02.12 |  | Обучение ведению мяча приставными шагами левым боком.Подвижная игра «Антивышибалы». | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 24. | 04.12 |  | Совершенствование бросков набивного мяча на дальность разными способами.Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами». | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Технически правильно выполнять броски набивного мяча;- соблюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 25. | 09.12 |  | Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Обучение игре «Вышибалы двумя мячами». | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 26. | 11.12 |  | Совершенствование ведения мяча и броска мяча в корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Самостоятельно определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 27. | 16.12 |  | Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| **Гимнастика (20 часов)** |
| 28. | 18.12 |  | Правила безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Развитие координационных способностей посредством общеразвивающих упражнений. Разучивание игры «Догонялки на марше» | 1 | Комбинированный. | Описывают состав и содержание акробатических упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий;- Выполнять упражнения с гимнастическими палками на месте и в продвижении. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 29. | 23.12 |  | Развитие внимания и координационных способностей в перестроениях в движении.Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной игры «Волна». | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений. | Описывают технику на гимнастических снарядах, предупреждая появлению ошибок и соблюдая правила безопасности. | - Правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях;- соблюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 30. | 25.12 |  | Развитие силы, координационных способностей в упражнении «вис на гимнастической стенке на время». Разучивание игры «Догонялки на марше» | 1 | Комбинированный. | Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. | - Творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата. | ***Познавательные:***самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.***Регулятивные:***формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 31. | 13.01 |  | Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертывайся от мяча» | 1 | Комбинированный. | Описывают состав и содержание акробатических упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Технически правильно выполнять перекаты в группировке;- организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 32. | 15.01 |  | Совершенствование выполнения кувырка вперед.Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки. | 1 | Комбинированный. | Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять упражнения для развития ловкости и координации | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителя.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 33. | 20.01 |  | Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках». Подвижная игра «Посадка картофеля» | 1 | Комбинированный. | Предупреждают появление ошибок и соблюдают правила безопасности. | - Технически правильно выполнять «стойку на лопатках»;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 34. | 22.01 |  | Совершенствование выполнения упражнения «мост». Обучение упражнениям акробатики в различных сочетаниях. Развитие ориентировки в пространстве в построениях и перестроениях. | 1 | Изучение нового материала. | Описывают состав и содержание акробатических упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять организующие строевые команды и приемы;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы.***Регулятивные:***используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 35. | 27.01 |  | Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством упражнений круговой тренировки. | 1 | Комбинированный. | Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. | - Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений круговой тренировки. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 36. | 29.01 |  | Развитие координации в ходьбе противоходом и «змейкой». Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку.Игра на внимание «Класс, смирно!». | 1 | Комбинированный. | Описывают технику упражнений в лазанье и перелазании, составляют комбинации из ранее изученных упражнений. | - Выполнять упражнения для развития ловкости и координации. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 37. | 03.02 |  | Контроль двигательных качеств: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Подвижная игра «Конники- спортсмены» | 1 | Проверка и коррекция знаний и умений. | Описывают и осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне. | - Выполнять упражнения для развития силы и ловкости. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 38. | 05.02 |  | Совершенствование выполнения упражнений в равновесиях и упорах. Разучивание игры «Прокати быстрее мяч». | 1 | Комбинированный. | Описывают и осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне. Составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре (низкое бревно, гимнастическая скамейка);- организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 39. | 10.02 |  | Обучение положению ног углом в висе на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Что изменилось?». | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику упражнений в лазанье и перелазании, составляют комбинации из ранее изученных упражнений. | - Технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 40. | 12.02 |  | Ознакомление с видами физических упражнений (подводящие, общеразвивающие. Соревновательные). Совершенствование кувырков вперед. | 1 | Изучение нового материала. | Описывают состав и содержание общеразвивающих упражнений без предметов и составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультминутки;- технике движения рук и ног в кувырках. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других люден.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 41. | 17.02 |  | Развитие гибкости в упражнениях на гимнастических сна рядах. Развитие внимания, ловкости и координации в эстафете «Веревочка под ногами». Совершенствование кувырка вперед. | 1 | ПрименениеЗнаний и умений. | Описывают технику на гимнастических снарядах, предупреждая появлению ошибок и соблюдая правила безопасности. | - Самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости;- соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой. | ***Познавательные****:*используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку *учителей, товарищей, родителей и других людей.****Коммуникативные****:*допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. ***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 42. | 19.02 |  | Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическом бревне. Совершенствование кувырков вперед и назад. Подвижная игра «Ноги на весу». | 1 | Изучение нового материала. | Описывают и осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне. Составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять упражнения для развития ловкости и координации. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 43. | 03.03 |  | Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой.80-100 см на носках, приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры. Подвижная игра «Заморозки». | 1 | Комбинированный. | Составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять ходьбу по гимнастическому бревну различными способами;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях воспринимают оценку учителя. |
| 44. | 05.03 |  | Развитие внимания, мышления, координационных качеств в упражнениях с гимнастическими палками. Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическими палками. | 1 | Комбинированный. | Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. | - Выполнять упражнения для развития координации движений в различных ситуациях. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.Р***егулятивные***: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации**Коммуникативные***:*используют речь для регуляции своего действия *Личностные:*проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 45. | 10.03 |  | Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см: повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком.Совершенствование упражнений акробатики. Игра с мячами «Передал -садись». | 1 | Комбинированный. | Описывают и осваивают технику упражнений на гимнастической скамейке и гимнастическом бревне. Составляют комбинации из числа разученных упражнений. | - Творчески подходить к выполнению упражнений и добиться достижения конечного результата. | ***Познавательные***: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.***Регулятивные***: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участие в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей. Осуществляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные: договариваются*** и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные***: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 46. | 12.03 |  | Обучение положению ног углом в висе на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Что изменилось?». | 1 | Изучение нового материала. | Описывают технику упражнений в лазанье и перелазании, составляют комбинации из ранее изученных упражнений. | - Технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 47. | 17.03 |  | Совершенствование ведения мяча с изменением направления.Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей». | 1 | Комбинированный. | Соблюдают правила безопасности. | - Выполнять упражнения для развития ловкости и координации. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| **Подвижные игры, элементы спортивных игр (21 часов)** |
| 48. | 19.03 |  | Ознакомление со спортивными играми: футбола, баскетбола. Совершенствование ведения мяча с последующей передачей партнеру. Разучивание новых эстафет с ведением и передачей мяча. | 1 | Изучение нового материала. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы. |
| 49. | 31.03 |  | Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале.Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки». | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей***Личностные:***оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы |
| 50 | 02.04 |  | Совершенствование бросков мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч» | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно выполнять броски мяча через сетку;- Организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 51. | 07.04 |  | Обучение броскам мяча через сетку из зоны подачи. Разучивание игры «Выстрел в небо». | 1 | Изучение нового материала. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно вы-понять броски мяча через сетку из зоны подачи. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.***Регулятивные:***принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 52 | 09.04 |  | Обучение подаче мяча двумя руками из-за головы из зоны подачи.Игра в пионербол. | 1 | Комбинированный. | Организовывают и проводят совместно со сверстниками данные игры. | - Технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы;- перемещаться по площадке по команде «переход». | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 53. | 14.04 |  | Обучение подаче мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол. | 1 | Комбинированный. | Организовывают и проводят совместно со сверстниками данные игры. | - Технически правильно выполнять броски мяча через сетку**;****-**организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.***Регулятивные:***принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.***Коммуникативные:***договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 54 | 16.04 |  | Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол. | 1 | Комбинированный. | Организовывают и проводят совместно со сверстниками данные игры. | - Организовывать и проводить подвижные игры в помещении;- соблюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 55. | 21.04 |  | Совершенствование бросков и ловли мяча через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пионербол. | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Организовывать и проводить подвижные игры;- выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 56. | 23.04 |  | Правила безопасного поведения на уроках с элементами футбола. Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой линии и по дуге. | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно выполнять ведение мяча ногами;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы. |
| 57. | 28.04 |  | Совершенствование ведения мяча разными способами с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка мячей». | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Добиваться достижения конечного результата;- организовывать и проводить подвижные игры. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности***.******Личностные:***проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. |
| 58. | 30.04 |  | Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги между стойками. Разучивание игры «Слалом с мячом». | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами футбола;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом. | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы. |
| 59. | 05.05 |  | Совершенствование остановки катящегося мяча внутренней частью стопы. Разучивание игры: Футбольный бильярд». | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечного результата. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 60. | 07.05 |  | Обучение передаче и приему мяча ногой в паре на месте и в движении. Разучивание игры: «Жонглируем ногой». | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Технически правильно жонглировать ногой,Соблюдать правила взаимодействия с игроками. | ***Познавательные:***самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.***Регулятивные:***вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:***задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. |
| 61. | 12.05 |  | Совершенствование строевых упражнений. Обучение упражнениям с гимнастическими палками и со скакалкой. Развитие координационных способностей в эстафетах с гимнастическими палками. Подвижная игра «Удочка» | 1 | Комбинированный | Различают строевые команды. | - Оценивать дистанцию и интервал в строю;- выполнять упражнения с гимнастическими палками;- пробегать через вращающуюся скакалку. | ***Познавательные***: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные***: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми |
| 62. | 14.05 |  | Обучение различным способам выполнения бросков мяча одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему». | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников;- точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель(круг). | ***Познавательные:***ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.***Коммуникативные:***ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей |
| 63. | 19.05 |  | Совершенствование ведения мяча и броска мяча в корзину. Разучивание новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Самостоятельно определять расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 64. | 21.05 |  | Совершенствование броска и ловли мяча. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты. | 1 | Комбинированный. | Используют подвижные игры для активного отдыха. | - Выполнять ведение мяча различными способами. | ***Познавательные****:*ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника. |
| 65. | 26.05 |  | Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча | 1 | Комбинированный. | Включают упражнения с мячом в различные формы занятий по физической культуре. | - Выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |
| 66. | 26.05 |  | Совершенствование упражнений с мячом. Развитие внимания, координационных способностей в упражнениях с мячом у стены. Подвижная игра «Охотники и утки». | 1 | Применение знаний и умений. | Соблюдают правила безопасности. | - Грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями.***Регулятивные:***планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:***используют речь для регуляции своего действия.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 67. | 28.05 |  | Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в бросках мяча в кольцо способом «снизу» после ведения.Подвижная игра «Мяч соседу». | 1 | Применение знаний и умений. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Технически правильно выполнять броски мяча в корзину после ведения;- добиваться достижения конечного результата. | ***Познавательные:***используют общие приемы решения поставленных задач.***Регулятивные:*оценивают**правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные****:*допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.***Личностные****:*проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. |
| 68. | 28.05 |  | Совершенствование ведению мяча приставными шагами левым боком.Подвижная игра «Антивышибалы». | 1 | Комбинированный. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. | - Выполнять ведение мяча приставным шагом с остановкой прыжком. | ***Познавательные:***ориентируются в разнообразии способов решения задач.***Регулятивные:***адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.***Коммуникативные:***формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.***Личностные:***проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. |