**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Тацинская средняя общеобразовательная школа № 3**

Утверждаю

И.о. директора МБОУ ТСОШ № 3

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.А.Бударин

Приказ от 31.08.2020 г. №95

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

уровень общего образования (класс) **начальное общее образование, 2 класс**

Количество часов в неделю **3**, за год **102** часа

Учитель Бударин Сергей Александрович

Рабочая программа к учебнику «Физическая культура», 1-4 класс для общеобразовательных организаций /В.И.Лях М.: Просвещение, 2017, на основе Примерной и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Ляха, А.А.Зданевича, 2010, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования

ст. Тацинская

2020-2021 учебный год

1. **Планируемые результаты**

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

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

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

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

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

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

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

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

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

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

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

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

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

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

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

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются:

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

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

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

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

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

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

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

 - выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

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

 - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

 - расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

|  |  |
| --- | --- |
| обязательный минимум содержания | максимальный объем  содержания учебного курса |
| ученик научится ... | ученик получит возможность ... |
| **Знать/понимать**  роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек; основы формирования двигательных действий и развития физических качеств; способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;  **уметь** составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма; выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр; выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности; осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки; соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг. | Организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели.  - активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общий цели.  - доносить информацию в доступной, эмоциональной - яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками взрослыми людьми. |

***Способы оценки планируемых результатов образовательного процесса***

|  |  |
| --- | --- |
| Результаты образовательного процесса | формы контроля |
| Личностные | самонаблюдение (ведение «Карточек здоровья») |
| Метапредметные | проведение и участие в соревнованиях, создание мультимедийной презентации. |
| Предметные | тестирование, опрос, выполнение контрольных упражнений. |

1. ***Содержание учебного предмета***

**Легкая атлетика** Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; бег на короткие и длинные дистанции; 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; прыжки со скакалкой.

Броски: большого мяча на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

**Гимнастика**

Организующие команды и приёмы. 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. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

**Подвижные игры**

Освоение различных игр и их вариантов, система упражнений с мячом на основе спортивной игры баскетбол.

1. ***Тематический план курса***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Основные разделы | Количество часов | Количество | | | | |
| Контрольных работ | Лабораторных работ | Уроков внеклассного чтения | Уроков развития речи | Практических работ |
| 1 | Легкая атлетика | 3 |  |  |  |  |  |
| 2 | Кроссовая подготовка | 5 |  |  |  |  |  |
| 3 | Легкая атлетика | 8 |  |  |  |  |  |
| 4 | Гимнастика | 13 |  |  |  |  |  |
| 5 | Подвижные игры | 13 |  |  |  |  |  |
| 6 | Подвижные игры на основе баскетбола | 15 |  |  |  |  |  |
| 7 | Легкая атлетика | 5 |  |  |  |  |  |
| 8 | Кроссовая подготовка | 6 |  |  |  |  |  |
| Итого: | | 68 |  |  |  |  |  |

1. ***Материально-техническое и методическое оснащение образовательного процесса в соответствии с содержанием учебного предмета***

|  |  |
| --- | --- |
| Программа к завершённой предметной линии и системе учебников | Программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2014) |
| Материалы для контроля (тесты и т.п.) | Тесты, опрос, анкетирование по темам курса. |
| Методическое пособие с поурочными разработками | Поурочные разработки по физической культуре для учащихся 1- 4 классов (Ковалько В.И.) – М.: Вако, 2011. |
| Список используемой литературы | 1. Физическая культура: Учебник: 1-4 классы В. И. Лях Издательство: «Просвещение», 2015;  2. Анащенкова С.В., Бойкина М.В., Виноградская Л.А., Матвеев А.П.. Оценка достижения планируемых результатов в начальной школе. – М.: Просвещение, 2012.  3. Казачкова С.П., Умнова М.С. Начальная школа. Требования стандартов второго поколения к урокам и внеурочной деятельности. – М.: Планета, 2012.  4. Методика преподавания гимнастики в школе. – М., 2008.  5. Журнал «Физическая культура в школе». |
| Цифровые и электронные образовательные ресурсы | 1. ***Википедия.*** Свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru>. ikipedia.org/wiki 2. Сайты:   http: //festival.1september.ru/  http: //nsportal.ru/  http: //planeta.tspu.ru/ |
| Учебно-практическое оборудование | Щит баскетбольный игровой, стенка гимнастическая, скамейки гимнастические, стойки волейбольные, сетка волейбольная, комплект матов гимнастических, перекладина навесная универсальная, мячи баскетбольные, мячи волейбольные, набивные мячи, малые мячи, лыжи, лыжные палки. |

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в таблице, что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физическая способность | Физические упражнения | Мальчики | Девочки |
| Скорость | Бег 30 м. с высокого старта с опорой на руку, сек. | 6,5 | 7,0 |
| Сила | Прыжок в длину с места, см. | 130 | 125 |
| Сгибание рук в висе лежа, кол-во раз | 5 | 4 |
| Выносливость | Бег 1000 м. | Без учета времени | |
| Координация | Челночный бег 3х10 м, с. | 11,0 | 11,5 |

**Критерии оценивания планируемых результатов**

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

*Качественные критерии успеваемости* характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

*Количественные критерии успеваемости* определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

И т о г о в а я оценка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

К р и т е р и и о ц е н и в а н и я у с п е в а е м о с т и по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

**Критерии оценки уровня технической подготовленности обучающихся 1-4х классов**

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
| Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив | При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок | Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка |

**Разработка технологий оценивания теоретической подготовленности обучающихся 1-4х классов**

**Знания в области физической культуры:**

**Естественные основы**

*1–2 классы.* Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

*1–4 классы.* Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

**Социально-психологические основы**

*1–2 классы.* Влияние физических упражнений, закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

*3–4 классы.* Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды.

**Контроль за правильностью выполнения физических упражнений и тестирования физических качеств.**

Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля

*1–2 классы.* Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанные с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений.

Тестирование физических способностей.

**Подвижные игры**

*1–4 классы.* Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила проведения и безопасность.

**Гимнастика с элементами акробатики**

*1–4 классы.* Названия снарядов и гимнастических элементов, правила безопасности во время занятий, признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки, значение напряжения и расслабления мышц.

**Легкоатлетические упражнения**

*1–2 классы.* П о н я т и я: *короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость*. Названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

*3–4 классы.* П о н я т и я: *эстафета, темп, длительность бега*; команды «Старт», «Финиш». Влияние бега на здоровье человека, элементарные сведения о правилах соревнований в прыжках, беге и метаниях. Техника безопасности на уроках.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | | **Тема урока** | | **Тип урока** | **Решаемые проблемы (цели)** | **Планируемые результаты** | | | | | **Домашнее задание** | **Дата** |
| **Понятия**  **(требование к уровню подготовки обучающихся)** | **Предметные результаты** | **Универсальные действия (УУД)** | **Личностные результаты** | |
| **Лёгкая атлетика (18ч.)** | | | | | | | | | | | | |
| 1. | | **Ходьба и бег**  (5ч)  Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (*20м*). Инструктаж по ТБ. | вводный | | Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке?  Цели: познакомить с содержанием и организацией уроков физической культуры, с правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке; учить разновидностям ходьбы; | Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики. | Научатся:  - выполнять действия по об­разцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физи­ческой культу­ры, выполнять комплекс УГГ. правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60м. | ***Познавательные:*** понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;  ***Регулятивные:*** Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; **К*оммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия. Задавать вопросы; | проявляют учебно-познавательный инте­рес к новому учебному материалуОриентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий. | | Комплекс 1 | 01.09 |
| 2. | | Бег с ускорением (*30м*). игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Изучение ново-го матер-иала | | Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма?  Цели: развивать умение выполнять команды, «Смирно!», «Равняйсь!», построение в шеренгу, колонну по одному;  -учить принимать положение «высокого старта». | строй, шеренга, колонна*Уметь:*. правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью  *( до 60м)* | Научатся:  самостоятель­но выполнять комплекс ут­ренней гимна­стики; Бегать на короткую дистанцию.  Технически правильно принимать положение высокого старта | ***Познавательные:*** понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом;  ***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. | проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов. | | Комплекс 2 | 02.09 |
| 3. | | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (*30м*). Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | | Как выполня­ется построение в колонну?  Цели: закрепить навык построения в шеренгу, колон­ну;  повторить положение вы­сокого старта; бег на 30 м. | *Уметь:*. правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью  *( до 60м)* | Научатся:  - выполнять ор­ганизующие строевые коман­ды и приемы;- разминаться, применяя спе­циальные бего­вые упражне­ния; Бегать на короткую дистанцию | ***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. | ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоана­лиз и самоконтроль результата | | Комплекс 1 | 03.09 |
| 4. | | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (*30м*). Игра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | | Что такое челноч­ный бег? Коррек­тировка техники челночного бега .Как выполнять поворот в челночном беге?  Цели: учить пра­вильной технике бега; бегу с изменением направления движения; положению «высокого старта». | чел­ночный бег *Уметь:*. правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге, бегать с максимальной скоростью  *(до 60м)* | Научатся:  выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния;  технически правильно дер­жать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием;  технически правильно выполнять поворот в челночном беге. | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  ***Регулятивные:*** принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осу ществляют итоговый и пошаговый кон­троль; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | | Комплекс 2 | 08.09 |
| 5. | | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег (*60м*). ОРУ. Игра «Вызов номеров». Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | | Как работать над распределением сил на дистанции? Коррек­тировка техники бега. Каковы орга­низационные приемы прыжков?  Цели: учить вы­полнять легкоатле­тические упражне­ния ;  – развивать скоростно-силовые качества во время бега на дистанцию. | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе, беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60м)* | Научатся:  выполнять легкоатлети­ческие упраж­нения; Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением  выполнять бег с высокого старта. | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | | Комплекс 1 | 09.09 |
| 6. | | **Прыжки**(5 ч).  Прыжки с поворотом на 180. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Изучение нового материала | | Как прыгать вверх и в длину с места?  Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Научатся:  -выполнять легкоатлетические упражнения;-технике движения рук и ног в прыжках; 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей;  умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 2 | 10.09 |
| 7. | | Прыжки с поворотом на 180. Прыжок с места. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Изучение нового материала | | Как прыгать вверх и в длину с места?  Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Научатся:  -выполнять легкоатлетические упражнения;-технике движения рук и ног в прыжках; 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей;  умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 1 | 15.09 |
| 8. | | Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | | Жизненно важные способы передвижения человека?  Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче­ские упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; выполнять упражнение по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 2 | 16.09 |
| 9. | | Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. | Комплексный | | Жизненно важные способы передвижения человека?  Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с места, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче­ские упражнения; технике движения рук и ног в прыжках; выполнять упражнение по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей;умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 1 | 17.09 |
| 10. | | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. ОРУ. Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комбинированный | | Правила выполнения прыжков в длину.  Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения-прыжки; выполнять прыжки в длину с разбега, соблюдая правила безопасности во время призем­ления | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния; технике движения рук и ног в прыжках;  -выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления. | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.  ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.  ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия. | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | | Комплекс 2 | 22.09 |
| 11. | | **Метание** (3 ч).  Метание малого мяча в горизонтальную цель (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижная игра «Защита укрепления». | Изучение нового материала | | Каковы правила выполнения метания мяча?  Цели: учить правильной технике метания. | Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений | Научатся:  -выполнять легкоатлетические упражнения (метания);  -технически правильно держать корпус, ноги и руки в метаниях. | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | | Комплекс 1 | 23.09 |
| 12. | | Метание малого мяча в горизонтальную цель (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Защита укрепления» Развитие скоростно-силовых способностей | Комбинированный | | Как правильно поставить руку при метании?  Цели: учить правильной постановке руки при метания мяча в цель и метании на дальность | Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений | Научатся:  выполнять легкоатлетические упражнения(метание мяча с правильной постановкой руки;- 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 2 | 24.09 |
| 13. | | Метание малого мяча в горизонтальную цель (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Комбинированный | | Как правильно поставить руку при метании?  Цели: учить правильной постановке руки при метания мяча в цель и метании на дальность | Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений | Научатся:  -технически правильно выполнять метание предмета;  -соблюдать правила безопасности во время метания. | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  ***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. | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | | Комплекс 1 | 29.09 |
| 14. | | Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний» | Комплексный | | Как правильно стартовать и фи­нишировать в бе­ге?  Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. | Уметь: бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; | Научатся:  - соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий легкоатле­тическими упражнениями | ***Познавательные:*** самостоятельно формулируют и ре­шают учебную задачу.  ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности. | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | | Комплекс 2 | 30.09 |
| 15. | | Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний» | Комплексный | | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. | Уметь: бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге | Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | | Комплекс 1 | 01.10 |
| 16. | | Равномерный бег. ОРУ. Чередование ходьбы и бега (*бег – 60м, ходьба –90м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место» | Комплексный | | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. | Уметь: бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге | Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности. | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | | Комплекс 2 | 06.10 |
| 17. | | Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега (*бег – 60м, ходьба – 90м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место» | Комплексный | | «Здоровье» что это такое? Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. | Уметь: бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге | Научатся:  выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния и добивать­ся достижения конечного ре­зультата;  соблюдать правила взаи­модействия с игроками | ***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.  ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  ***Коммуникативные:***договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 1 | 07.10 |
| 18. | | Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега (*бег – 60м, ходьба – 90м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пустое место» | Комплексный | | Что такое выносливость?  Цели: развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, при проведении подвижных игр. | Уметь: бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); чередовать ходьбу с бегом; правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге | Научатся: равномерно распределять свои силы во время продолжительного бега  - соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время физкультурных занятий; | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей;  умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | | Комплекс 2 | 08.10 |
| **Гимнастика (24 ч)** | | | | | | | | | | | | |
| 19. | **Акробатика. Строевые упражнения** (9ч)  Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ. | | | Изучение нового материала | Как вести себя в спортивном зале?  Цели: закрепить навык выполнения перекатов; повторить технику выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках; развивать координационные способности | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  -выполнять акробатические упражнения; | ***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. | | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | Комплекс 1 | 13.10 |
| 20. | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов. | | | Совершенствования | Как технически грамотно выполнить кувырок вперёд?  Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  -выполнять акробатические упражнения;  -выполнять усложнённые варианты кувырка вперёд; -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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 14.10 |
| 21. | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов. | | | Совершенствования | Как технически грамотно выполнить кувырок вперёд?  Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  -выполнять акробатические упражнения;  -выполнять усложнённые варианты кувырка вперёд; -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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 15.10 |
| 22. | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Совершенствования | Как правильно выполнять стойку на руках, на голове у опоры и без неё?  Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, 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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 2 | 20.10 |
| 23. | Размыкание и смыкание приставными шагами. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Совершенствования | Как правильно выполнять стойку на руках, на голове у опоры и без неё?  Цели: совершенствование техники выполнения кувырка вперёд, стойки на лопатках, разучивание усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, 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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 1 | 21.10 |
| 24. | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Совершенствования | Что общего при выполнении различного вида стоек?  Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; учить стойке на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и прово­дить подвижные игры | ***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. | | понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться: раскрывают внутреннюю позицию школьника | Комплекс 2 | 22.10 |
| 25. | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Совершенствование | Акробатические упражнений в различных сочетаниях.  Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; повторить технику выполнения стойки на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и прово­дить подвижные игры- 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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 1 | 10.11 |
| 26. | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Комплексный | Какие существуют строевые коман­ды? Правила безо­пасного поведения в разминке  Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; повторить технику выполнения стойки на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и прово­дить подвижные игры | ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми | Комплекс 2 | 11.11 |
| 27. | Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. ОРУ. Подвижная игра «Фигуры». Развитие координационных способностей | | | Комплексный | Какие существуют строевые коман­ды? Правила безо­пасного поведения в разминке  Цели: повторение техники выполнения стойки на лопатках, повторение усложнённых вариантов выполнения кувырка вперёд; повторить технику выполнения стойки на руках и на голове со страховкой; развивать координационные способности; выполнять упражнения акробатики только под контролем учителя. | *Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации | Научатся:  - выполнять организую­щие строевые команды и при­емы;  выполнять разминку, направленную на сохранения правильной осанки, усложненные варианты кувырка вперёд, стойку на лопатках, стойку на руках и голове. организовывать и прово­дить подвижные игры | ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми | Комплекс 1 | 12.11 |
| 28. | **Висы. Строевые упражнения** (8 ч).  Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей. | | | Изучение нового материала | Развитие координации. Как правильно выполнять вис на гимнастической стенке?  Цели: учить выполнять вис стоя и лёжа на гимнастической стенке и перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся:  -выполнять вис стоя и лёжа;  оценивать дистанцию и интервал в строю;  выполнять упражнения с гимнастической палкой. | ***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. | | ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата. | Комплекс 2 | 17.11 |
| 29. | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей. | | | Совершенствования | Развитие координации. Как правильно выполнять вис на перекладине?  Цели: учить выполнять вис стоя и лёжа на гимнастической стенке и перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся:  -выполнять вис стоя и лёжа;  оценивать дистанцию и интервал в строю;  выполнять упражнения с гимнастической палкой.  -выполнять упражнения по образцу учи­теля и показу лучших учеников. | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей.  ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 1 | 18.11 |
| 30. | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка». Развитие силовых способностей. | | | Совершенствования | Развитие координации. Как правильно выполнять вис на перекладине?  Цели: учить выполнять вис стоя и лёжа на гимнастической стенке и перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении виса. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся:  -выполнять вис стоя и лёжа;  оценивать дистанцию и интервал в строю;  выполнять упражнения с гимнастической палкой.  -выполнять упражнения по образцу учи­теля и показу лучших учеников. | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.  ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей.  ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 2 | 19.11 |
| 31. | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей. | | | Совершенствования | Какие существуют упражнения для развития силы?  Цели: развивать силовые способности; повторить технику выполнения виса стоя и лёжа. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся:  -выполнять вис стоя и лёжа;  -оценивать дистанцию и интервал в строю;  -выполнять упражнения с гимнастической палкой.  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. | | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | Комплекс 1 | 24.11 |
| 32 | Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Вис стоя и лежа. ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей. | | | Совершенствования | Какие существуют упражнения для развития силы?  Цели: развивать силовые способности; повторить технику выполнения виса стоя и лёжа. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся:  -выполнять вис стоя и лёжа;  -оценивать дистанцию и интервал в строю;  -выполнять упражнения с гимнастической палкой.  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. | | понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника | Комплекс 2 | 25.11 |
| 33. | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал». Развитие силовых способностей. | | | Совершенствования | Какие правила безопасного поведения необходимо знать и соблюдать при выполнении упражнений гимнастики? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; учить правильному положению при выполнении виса на согнутых руках. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.  выполнять упражнение  по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков; | ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 26.11 |
| 34. | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». | | |  | Какие качества развиваются при подтягивании на перекладине? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; учить выполнять прямой хват при подтягивании;  выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; развивать силу. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; выполнять технически правильно прямой хват; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; осуществляют поиск необходимой информации.  ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 2 |  |
| 35. | Выполнение команды «На два (четыре) шага разомкнись!». В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. ОРУ с предметами. Игра «Ветер, дождь, гром, молния». Развитие силовых способностей. | | | Комплексный | Правила проведения разминки с предметами. Какие существуют строевые команды? Цели: учить выполнять упражнения со страховкой; учить выполнять прямой хват при подтягивании; учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться чёткого и правильного выполнения.  выполнять общеразвивающие упражнения с предметами; развивать силу. | Уметь: выполнять висы, подтягивание в висе | Научатся: выполнять висы; выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; оценивать дистанцию и интервал в строю;  выполнять технически правильно прямой хват;  соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий. | ***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. | | понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника | Комплекс 1 | 01.12 |
| 36. | **Опорный прыжок, лазание** (7ч)  ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей | | | Изучение нового материала | Какие бывают способы лазания по гимнастической стенке? Как совершенствовать лазанье по канату?  Цели: учить лазанию по наклонной скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Научатся:  выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; выполнять различные виды перелезаний;  соблюдать правила безопасности | ***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. | | проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 2 | 02.12 |
| 37. | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие координационных способностей. | | | Совершенствования | Каковы правила выполнения лазанья? Цели: учить лазанию по гимнастической стенке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Научатся:  - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;.  ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности. | | проявляют дисциплинированность, упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 03.12 |
| 38. | ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Игра «Кто приходил?». Развитие координационных способностей. | | | Комплексный | Как лазать и перелезать через гимнастические снаряды?  Цели: учить лазанию по гимнастической скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок. | Научатся:  - выполнять лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***Познавательные:*** понимать и принимать цели, сформулированные учителем;  ***Регулятивные:***Принимать и сохранять учебную задачу  ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия. | | Проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. | Комплекс 2 | 08.12 |
| 39. | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим.скамейке. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Кто приходил». | | | Комплексный | Организационные приёмы лазанья по гимнастической стенке.  Цели: закрепить технику лазанья по гимнастической скамейке различными способами; подтягиванию лёжа на животе на гимн. скамейке; совершенствовать перелезание через горку матов и через козла; | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Научатся:  - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку.  ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 09.12 |
| 40. | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим. скамейке. ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Слушай сигнал». | | | комплексный | Как безопасно перемещаться по гимнастическим стенкам?  Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании через гимнастические снаряды; | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Научатся:  - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.  ***Регулятивные:*** принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;  ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 10.12 |
| 41. | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим. скамейке . ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Слушай сигнал». | | | Совершенствования | Первая помощь при травмах.  Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании через гимнастические снаряды; учить какую первую помощь можно оказать при мелких травмах. | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Научатся:  - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 15.12 |
| 42. | Перешагивание через набивные мячи. Стойка на двух ногах и одной ноге на гим. скамейке . ОРУ в движении. Лазание по гимнастической скамейке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Перелезание через козла, горку матов. Игра «Слушай сигнал». | | | Совершенствования | Первая помощь при травмах.  Цели: развивать силу, ловкость, координацию в лазанье и перелезании через гимнастические снаряды; учить какую первую помощь можно оказать при мелких травмах. | Уметь:  лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок | Научатся:  - выполнять технически правильно лазанье и перелезание через гимнастические снаряды; соблюдать правила безопасности; выполнять упражнение по образцу учителя и пока­зу лучших уче­ников; | ***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. | | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 16.12 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Подвижные игры (18 ч)** | | | | | | | | | |
| 43. | **Подвижные игры** (18 ч)  ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Комплексный | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.. | Научатся:  - организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности  -организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры;  -бережно обращаться с инвентарём и оборудованием. | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника­ми и взрослыми | Комплекс 1 | 17.12 |
| 44. | ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  - организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности –  - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием. | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 22.12 |
| 45. | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Правила взаимо­действия в игре .  Цели: учить выполнять командные действия в эстафете;  развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах. | ***Познавательные:*** понимать и принимать цели, сформулированные учителем;  ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 23.12 |
| 46. | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Комплексный | Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря?  Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием*.* | Научатся:  - организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры со сверстниками; -соблюдать требования техники безопасности.  . | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 24.12 |
| 47. | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Правила взаимо­действия в игре.  Цели: учить выполнять командные действия в эстафете;  развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  давать харак­теристику спортивных игр с мячом;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 29.12 |
| 48. | ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Разновидности спортивных игр с мячом.  Цели: учить выполнять командные действия в эстафете;  развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  давать харак­теристику спортивных игр с мячом;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 30.12 |
| 49. | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 12.01 |
| 50. | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 2 | 13.01 |
| 51. | ОРУ. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря?  Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах . | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 14.01 |
| 52. | ОРУ. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Какие подвижные игры можно выполнять с помощью гимнастических снарядов и инвентаря?  Цели: учить выполнять физические упражнения в команде; соблюдать правила безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 19.01 |
| 53. | ОРУ. Игры «Западня», «Конники -спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Как проводятся весёлые старты?  Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах . | ***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 рас пределении функций и ролей в совместной деятельности. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 20.01 |
| 54. | ОРУ. Игры «Западня», «Конники -спортсмены». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Как проводятся весёлые старты?  Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения движении; выполнять командные действия в эстафете и играх. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах. | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 2 | 21.01 |
| 55. | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Комплексный | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх . | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 26.01 |
| 56. | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах . | ***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 | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 27.01 |
| 57. | ОРУ. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Как проводятся весёлые старты?  Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах. | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 28.01 |
| 58. | ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Комплексный | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: закреплять умения и навыков правильного выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в эстафете и играх . | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах . | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 2 | 02.02 |
| 59. | ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.  -проводить подвижные игры; | ***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.  ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о рас­пределении функций и ролей в совместной деятельности. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 03.02 |
| 60. | ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчёт». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. | Совершенствования | Развитие скоростно-силовых способностей.  Цели: формировать знания о видах спорта и спортивных играх; развивать умение участвовать в подвижных играх в соответствии с правилами и соблюдением техники безопасности. | Уметь:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием | Научатся:  взаимодействовать со сверстниками в совместных действиях команды; регулировать физическую нагрузку во время участия в эстафетах.  -проводить подвижные игры; | ***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 в совместной деятельности. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 2 | 04.02 |
| **Подвижные игры на основе баскетбола (24 ч)** | | | | | | | | | |
| 61. | **Подвижные игры на основе баскетбола** (24 ч)  Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей. | Изучение нового материала | Как взаимодействовать с партнёром при выполнении бросков и ловли мяча в парах?  Цели: закреплять выполнение бро­сков и ловлю мяча;  -учить взаимодействовать с партнёром во время броска и правильной ловли мяча; | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  -технически правильно вы­полнять броски и ловлю мяча в парах; 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 09.02 |
| 62. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Комплексный | Как правильно ловить мяч после броска партнёра?  Цели: закреплять выполнение бро­сков и ловлю мяча;  -учить взаимодействовать с партнёром во время броска и правильной ловли мяча. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  -технически правильно вы­полнять броски и ловлю мяча в парах;  -соблюдать правила взаимодействия с партнёром;  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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 10.02 |
| 63. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Комплексный | Передача мяча  Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мя­чом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча;  -учить технике выполнения передачи мяча снизу на месте; разучить игру «Попади обруч». | *Уметь:*  владеть мячом*(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  технически правильно вы­полнять передачу мяча разными способами; броски и ловлю мяча в парах;  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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 11.02 |
| 64.  31 | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Комплексный | Как ведется счет в баскетболе?  Цели: совершен­ствовать коорди­национные спо­собности, глазомер и точность при вы­полнении упраж­нений с мячом; развивать умение самостоятельно и в паре выполнять броски и ловлю мяча; учить технике выполнения передачи мяча снизу на месте; | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  технически правильно вы­полнять передачу мяча разными способами;  выполнять  броски и ловлю мяча в парах;  соблюдать правила взаимодействия с игроками.  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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 16.02 |
| 65. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Попади в обруч». Развитие координационных способностей | Комплексный | Способы выполнения бросков мяча.  Цели: учить рас­пределять роли игроков в команд­ной игре; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами;  -передачу мяча разными способами;. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 17.02 |
| 66. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей | Комплексный | Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в баскетбол?  Цели: развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражне­ний с мячом; формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами;  -передачу мяча разными способами; | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры; технически правильно вы­полнять упражнения;  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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 18.02 |
| 67. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(мишен*ь). ОРУ. Игра «Передал - садись». Развитие координационных способностей | Комплексный | Для чего устанав­ливаются правила игры?  Цели: учить правильной технике выполнения бросков мяча в кольцо;  -учить ведению мяча на месте;  - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами;  -передачу мяча разными способами; | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  технически правильно вы­полнять упражнения;  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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 24.02 |
| 68. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(щит*). ОРУ. Игра «Мяч среднему». Развитие координационных способностей. | Комплексный | Способы выполнения бросков мяча в корзину.  Цели: закрепить навык выполнения бросков мяча в кольцо;  - формировать умение выполнять броски и ловлю мяча разными способами;  -передачу мяча разными способами;  -разучивание игры мини-баскетбола. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  выполнять броски мяча в кольцо разными способами;  взаимодействовать со сверстниками по правилам игры;  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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 2 | 25.02 |
| 69. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(щит*). ОРУ. Игра «Мяч среднему». Развитие координационных способностей. | Комплексный | Правила безопас­ного поведения при игре в баскетбол.  Цели: развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  - учить быстрому движению при броске мяча; | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 02.03 |
| 70. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте. Броски в цель *(щит*). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей. | Комплексный | За что назначается штрафной бросок?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся:  - 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 03.03 |
| 71. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо*). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей. | Комплексный | Как бросать мяч в корзину?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу»;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр;. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - 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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 04.03 |
| 72. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо*). ОРУ. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей. | Комплексный | Как выполнять броски одной рукой?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; учить бросать мяч одной рукой и попадать в цель;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | технически правильно вы­полнять бросок мяча;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом;- 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. | проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 09.03 |
| 73. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо*). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Ведение мяча.  Цели: совершенствовать коорди­национные спо­собности, глазомер и точность при вы­полнении упраж­нений с мячом;  -учить выполнять ведение мяча на месте и в движении, контролировать своё эмоциональное состояние во время игры. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр;. | Научатся:  - творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и добиваться достижения конечно­го результата;  -выполнять ведения мяча на месте и в движении. | ***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 11.03решения.  ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне­ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас­пределении функций и ролей в совместной деятельности. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 10.03 |
| 74. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо*). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | какие бывают игры с мячом  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***Познавательные:*** используют общие приемы решении 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 11.03 |
| 75. | Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей | Комплексный | Как развивать выносливость, ловкость и координацию?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение,*  *броски)* в процессе подвижных игр  иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - 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. | проявляют положительные качества  личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 16.03 |
| 76. | Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей | Комплексный | Правила выполнения упражнений в парах.  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом;  -учить правильно ставить руки при ловле мяча;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - 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. | проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 17.03 |
| 77. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей | Комплексный | Как правильно выполнять ведения мяча?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр;  иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 18.03 |
| 78. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага?  Цели: учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения, после приёма мяча от партнёра  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами;  взаимодействовать со сверстниками по правилам в играх 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. | оказывают бескорыстную помощь своим  сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 2 | 01.04 |
| 79. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Способы выполнения бросков мяча в корзину.  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять броски мяча в кольцо разными способами;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - 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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 06.04 |
| 80. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Какие бывают способы выполнения бросков мяча в кольцо?  Цели: закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху»;  совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять броски мяча в кольцо разными способами;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом.  Соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.  ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу  при выполнении упражнений и участии в игре; прини мают 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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 07.04 |
| 81. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Школа мяча». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Как развивать ловкость?  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать ловкость и координацию при выполнении ведения мяча.  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  ­-отбивать мяч от пола, передвигаться приставным шагом;  -выполнять остановку прыжком.  - 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. | проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 08.04 |
| 82. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Школа мяча». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Ведение мяча правой, левой рукой.  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол. | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  ­-отбивать мяч от пола, передвигаться приставным шагом;  -выполнять остановку прыжком.  - соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных 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:*** договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. | проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 13.04 |
| 83. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Способы выполнения бросков мяча в корзину.  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - соблюдать правила взаимодействия с игроками | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 14.04 |
| 84. | Ловля и передача мяча в движении. Введение на месте правой (*левой)* рукой. Броски в цель *(кольцо, щит, мишень*). ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | Комплексный | Правила игры в баскетбол.  Цели: совершенствовать навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом; развивать координационные способности выполнением ведение, передачи, бросков и ловлей мяча в подвижных играх с элементами баскетбола;  -играть в мини-баскетбол. | *Уметь:*  владеть мячом *(держать, пере­давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг­рать в мини-баскетбол | Научатся: технически правильно вы­полнять упраж­нения с мячом с элементами баскетбола;  соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом  - 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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 2 | 15.04 |
| **Лёгкая атлетика (18 ч)** | | | | | | | | | |
| 85. | Равномерный бег (*3 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний». | Комплексный | Что такое физические качества человека?  Цели: развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой;  -учить безопасному преодолению полосы препятствий. | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега;  -- 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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 20.04 |
| 86. | . Равномерный бег (*4 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Третий лишний». | Комплексный | Как правильно дышать?  **Цели:** развивать мышцы, участ­вующие в процессе дыхания;  **-**развивать выносливость во время выполнения ходьбы, бега, при преодоление полосы препятствий. | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  - технически  правильно выполнять упраж­нения дыха­тельной гимна­стики;  - проходить полосу препятствий. | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим  сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 2 | 21.04 |
| 87. | Равномерный бег (*5-6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | Комплексный | Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях?  **Цели:**развивать выносливость при выполнении бега в чередование с ходьбой;  -развивать выносливость во время бега, при преодоления полосы препятствий, при проведения подвижных игр. | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега;  организовывать и прово­дить подвиж­ные игры;  -равномерно распределять свой силы во время продолжительного бега и при прохождении полосы препятствий. | ***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. | проявляют положительные качества  личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 22.04 |
| 88. | Равномерный бег (*5-6 мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 50м, ходьба – 100м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Пятнашки» | Комплексный | Правила безопас­ного поведения на спортивной пло­щадке.  **Цели:** закреплять навык выполне­ния упражнений на развитие вы­носливости раз­личными спосо­бами | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | Научатся:  - соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 27.04 |
| 89. | Равномерный бег (*7-8мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 60м, ходьба – 90м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза» | Комплексный | Как работать над распределением сил на дистанции?  **Цели:** учить бегу  в равномерном  темпе на длитель­ное расстояние; закреплять навык выполне­ния упражнений на развитие вы­носливости раз­личными спосо­бами | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния;  распределять свои силы  во время бега . | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 28.04 |
| 90. | Равномерный бег (*7-8мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 60м, ходьба – 90м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Два мороза» | Комплексный | Как чередовать  ходьбу и бег  в кроссовом  забеге?  **Цели:** учить чере­довать ходьбу  и бег в кроссовом  забеге;  -учить безопасному преодолению усложнённой полосы препятствий | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  проходить усложнённую полосу препятствий;  - равномерно  распределять  свои силы  в кроссовом  забеге;  -развивать выносливость различными способами. | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы. | Комплекс 2 | 29.04 |
| 91. | Равномерный бег (*4мин*). Чередование ходьбы и бега (*бег – 70м, ходьба – 80м*). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Развитие выносливости. Игра «Вызов номеров». | Комплексный | Каковы правила развития выносливости?  **Цели:** развивать выносливость в ходьбе, беге, прыжках, играх. | **Уметь:**  бегать в равномерном темпе (*до 10мин*); по слабопересечённой местности (*до 1 км*) | **Научатся:**  развивать выносливость различными способами и понимать значение этого качества для человека.  - равномерно  распределять  свои силы  чтобы пробежать 1000 м без остановки. | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 04.05 |
| 92. | **Ходьба и бег**  (4 ч)  Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (*30 м*). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Как правильно подобрать ритм и темп бега на различных дистанциях?  Цели: учить выполнять челночный бег 3х10 м;  - развивать скорост- но-силовые каче­ства во время бега на дистанцию. | Знать: правила ТБ  Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*) | Научатся:  -самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега;  -выполнять бег на корот­кую дистанцию с учетом фини­ширования;  равномерно распределять свои силы  во время бега . | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 05.05 |
| 93. | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (*30 м*). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Как работать над распределением сил на дистанции?  Цели: совершенствовать технику низкого старта;  учить бегу с ускорением. | Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*) | Научатся:  выполнять бег на 30 метров, используя тех­нику стартово­го ускорения;  равномерно распределять свои силы  во время бега . | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 06.05 |
| 94. | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (*30 м*). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | При каких видах бега применяются низкий и высокий старты?  Цели: совершен­ствовать технику низкого и высоко­го старта; разви­вать скоростные качества в беге с ускорением | Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*) | Научатся:  выполнять бег на корот­кую дистанцию с учетом фини­ширования;  равномерно распределять свои силы  во время бега . | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 2 | 11.05 |
| 95. | Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (*30 м*). Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Что такое челноч­ный бег? Коррек­тировка техники бега.  Цели: совершен­ствовать технику низкого и высоко­го старта; разви­вать скоростные качества в беге с ускорением | Уметь: правильно выполнять основные движение в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (*до 60м*) | Научатся:  выполнять упражне­ния для развития скоростных качеств;  -грамотно использовать технику высокого старта при выполнении бега;  - выполнять бег на 60 метров, | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных 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:*** договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, ориентиру­ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 12.05 |
| 96. | **Прыжки (**3ч)  Прыжок с поворотом на 180о. прыжок с места. ОРУ. Игра «Волк во рву». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Как выполняется прыжок в длину с места?  Цели: развивать прыгучесть в прыжках в длину с места, развивать ловкость и координацию в челночном беге.  способами. | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги | Научатся:  - выполнять прыжок в длину с места, со­блюдая правила безопасного приземления  -выполнять технически правильно челночный бег. | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 13.05 |
| 97. | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Как выполнять прыжок в длину с разбега?  Цели: формировать умения выполнять прыжки, разными способами соблюдая правила безопасного приземления.  -закрепить технику прыжка в длину с разбега. | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги | Научатся:  -технически правильно выполнять прыжки разными способами; -выполнять прыжок в длину с разбега, со­блюдая правила безопасного приземления; | ***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. | проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Комплекс 1 | 18.05 |
| 98. | Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ. Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Как выполняется прыжок в высоту?  Цели: учить технике прыжка в высоту с прямого разбега; формировать умения выполнять прыжки, разными способами соблюдая правила безопасного приземления. | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на две ноги | Научатся:  -выполнять прыжок в высоту с прямого разбега;  -технически правильно выполнять прыжки разными способами со­блюдая правила безопасного приземления; | ***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. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 19.05 |
| 99. | **Метание мяча** (4ч).  Метание малого мяча в горизонтальную мишень (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 метров. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Каковы правила метания мяча? Как правильно поставить руку при метании?  Цели: учить правильной постановке руки при метании мяча в цель и на дальность. | Уметь:  правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель | Научатся:  -выполнять легкоатлетические упражнения (метание мяча с правильной постановкой руки)  .-грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении; | ***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 способ решения.  ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партне­ра в общении и взаимодействии; договариваются о рас­пределении функций и ролей в совместной деятельности. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 1 | 20.05 |
| 100 | Метание малого мяча в вертикальную цель (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 метров. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Каковы правила выполнения метания? Как правильно передать и принять эстафету?  Цели:  формировать навык выполнения метания предметов в цель и на дальность;  .метать предметы из разных положений;  -выполнять командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала. | *Уметь:*  Правильно  выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений | Научатся:  -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении;  - правильно  передавать  эстафету  в различных  ситуациях, соблюдать требования техники безопасности при проведении эстафет. | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим  сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 2 | 25.05 |
| 101 | Метание малого мяча в вертикальную цель (*2х2м*) с расстояния 4 – 5 метров. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростных и координационных способностей. | Комплексный | Каковы правила выполнения метания? Как правильно передать и принять эстафету?  Цели:  формировать навык выполнения метания предметов в цель и на дальность;  .метать предметы из разных положений;  -выполнять командные действия в эстафетах для закрепления учебного материала. | *Уметь:*  Правильно  выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений | Научатся:  -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении;  - правильно  передавать  эстафету  в различных  ситуациях, соблюдать требования техники безопасности при проведении эстафет. | ***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. | оказывают бескорыстную помощь своим  сверстникам, умеют находить с ними общий язык и об­щие интересы | Комплекс 1 | 26.05 |
| 102 | Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных и координационных способностей.  Подведение  итогов учебного  года. | Комплексный | Как использовать  полученные в про­цессе обучения навыки?  Цели: формировать навык выполнения метания предметов в цель и на дальность;  -метать предметы из разных положений;  выполнять  -командные дейст­вия в эстафете для  закрепления учеб­ного материала; | *Уметь:*  правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений | Научатся:  -грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнении;  - правильно  передавать  эстафету  в различных  ситуациях;  - организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения  поставленных 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:*** договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, ориентиру­ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. | проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Комплекс 2 | 27.05 |

По программе: 102 часа, дано : 101ч.