

**Муниципальное казенноеное учреждение**

**«Ивановская средняя общеобразовательная школа»**

**Ступинского муниципального района**

**Утверждаю Директор МКОУ**

**«Ивановская СОШ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В. Паскарь**

**«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014г.**

**Рабочая программа учебного курса по предмету**

**«Физическая культура»**

**4 класс. (ФГОС)**

**Базовая часть**

Легкая атлетика и кроссовая подготовка 30

Подвижные игры с элементами спортивных игр 32

Гимнастика с элементами акробатики 24

Лыжная подготовка 16

Всего часов: 102

**Составитель : Кизилов В.А**

**учитель физкультуры**

**2014г.**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта (II) начального общего образования, примерной образовательной программы, комплексной программы физического воспитания учащихся МКОУ «Ивановская СОШ» и на использование учебно-методического комплекта:

1. Лях, В. И. Физическая культура. 1–4 классы : учеб. для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2010.

2. Лях, В. И. Программы общеобразовательных учреждений : Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2010.

Предметом обучения физической культуры в 4 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;

– укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;

– овладение школой движения;

– содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;

– приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;

– развитие координационных способностей.

**Содержание программы**

На основании Примерных программ Минобрнауки РФ, содержащих требования к минимальному объёму содержания образования по предметному курсу, и с учётом стандарта конкретного образовательного учреждения реализуется программа базового уровня.

В рабочей программе выстроена система учебных уроков и педагогических средств, с помощью которых формируются универсальные учебные действия, дано учебно –методическое обеспечение.

На уроки в 4 классе выделяют 102 часа (3 часа в нед6елю, 34 учебных недели).

базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей учащихся и местных особенностей работы школы.

Программа состоит из взаимосвязанных частей: уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного, внеурочного направления, продленного дня; внеклассная работа и физкультурно-массовые мероприятия.

**Результаты изучения учебного предмета.**

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

– проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

– проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

– оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним, находить общие интересы с ними.

- активно включатся в общение и взаимодействие со сверстниками.

Метапредметными результатами освоения

– обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и отбирать способы их исправления;

– общение и взаимодействие со сверстниками;

– обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.;

– организовывать занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

- анализировать и оценивать результаты своего труда, находить способы его улучшения.

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

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

– организация отдыха и досуга средствами физической культуры, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня;

– изложение фактов истории развития физической культуры;

– измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела), развитие основных физических качеств;

– бережное обращение с оборудованием и инвентарем;

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

- выполнять двигательные действия, анализировать и находить ошибки, их исправлять;

**Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 4- ых классов**

В результате освоения программного материала ученик:

Учащиеся должны знать:

– об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;

– способах и особенностях движения и передвижений человека;

– терминологии разучиваемых упражнений;

– основах личной гигиены, правилах использования закаливания, профилактики осанки и укрепления стопы;

– причинах травматизма на занятиях физкультурой и правилах его предупреждения;

Уметь:

– составлять и выполнять комплексы утренней зарядки, упражнений на развитие координации, гибкости, на формирование правильной осанки;

– проводить самостоятельно закаливающие процедуры;

– взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях;

- правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках;

**Литература:**

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», В.И.Лях, А.А.Зданевич; Москва:«Просвещение»,2010
2. «Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2008.
3. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
4. «Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
5. «Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
6. «Дружить со спортом и игрой», Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.
7. «Физкультура в начальной школе», Г.П.Болонов; Москва: «ТЦ Сфера»,2005.
8. Жуков М.Н. «Подвижные игры»: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 160 с
9. Диск: образовательные программы и стандарты. Тематическое планирование. Физическая культура.; издательства «Учитель», 2010

**ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

**ДЛЯ 4 КЛАССА**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| п/№ | Вид программного материала | Кол-во  часов | 1  четверть | | 2  четверть | 3  четверть | | | 4  четверть | |
| 1 | Основы знаний |  | В процессе урока | | | | | | | |
| 2 | Легкая атлетика и кроссовая подготовка | 30 | 15 |  |  |  | | |  | 15 |
| 3 | Подвижные игры с элементами спортивных игр | 32 |  | 12 |  |  | | 11 | 9 |  |
| 4 | Гимнастика с элементами акробатики | 24 |  | | 21 |  | 3 | |  | |
| 5 | Лыжная подготовка | 16 |  | |  | 16 | |  |  | |
|  | Всего часов: | 102 | 27 | | 21 | 30 | | | 24 | |

**Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 4 класса – 3 часа**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Тип урока | Решаемые проблемы | Планируемые результаты | | дата | Пров. |
| урока |  |  | задачи | универсальные учебные действия | предметные знания | План | факт |
| 1  I  чет  вер  ть | Ознакомление с правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Со- вершенствование построений в шеренгу, ко- лонну, выпол- нение строевых команд. Разучи- вание общераз- вивающих упражнений для комплекса утренней гимна- стики.  Подвижная игра «Салки» | Вводный | Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке? Цели: закрепить навыки постро- ений и перестро- ений; развивать координацию дви- жений в упражне- ниях утренней гимнастики | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж- нениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планировать свои действия в соответст- вии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют учебно-познавательный инте- рес к новому учебному материалу | Научатся:  -соблюдать правила безо- пасного пове- дения в спор- тивном зале  и на спортив- ной площадке;  -выполнять команды «Рав- няйсь!», «Смир- но!», «Вольно!»;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 01.09-  05.09. |  |
| 2 | Обучение рав- номерному бегу по дистанции до 400 метров. Совершенство- вание высокого и низкого стар- та, стартового ускорения. Ра- зучивание спе- | При- мене- ние знаний  и уме- ний | Какой должна быть спортивная форма для занятий на улице? Цели: учить бегу в равномерном темпе по дистан- ции до 400 м; за- крепить навык вы- полнения высокого | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* понимают значение физического развития | Научатся:  -равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега;  -технически правильно выполнять высокий и низкий старт, | 01.09-  05.09. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | циальных беговых упражнений. Игра«Подвижная цель» |  | и низкого старта, стартового ускорения | для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | ускорение |  |  |
| 3 | Совершенствование строевых упражнений. Контроль дви- гательных качеств: бег на 30 м (ско- рость) | Ком- бини- рован- ный | Почему тестирование проводится два раза в год? Цели: закрепить навык перестро- ения в шеренге; учить развивать скорость в беге на 30 метров | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять организующие строевые команды  и приемы;  -выполнять легкоатлетиче ские упражне- ния (бег) | 01.09-  05.09. |  |
| 4 | Контроль дви- гательных ка- честв: прыжок в длину с места. Совершенство- вание техники бега.  Подвижная игра «Охотни- ки и утки» | Ком- бини- рован- ный | Каковы организа- ционные приемы прыжков? Корректировка техники бега.  Цели: тестирова- ние прыжка в дли- ну с места, совер- шенствование техники бега | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  технически правильно дер- жать корпус  и руки при беге в сочетании с дыханием;  -технически правильно от- талкиваться  и приземляться | 08.09-  12.09.  Кон- троль |  |
| 5 | Ознакомление с историей раз- вития физиче- ской культуры в России в XVII- XIX вв. и ее | Изуче- ние нового мате- риала | Как бегать на ко- роткую дистанцию с высокого и низ- кого старта? Цели: учить пра- вильной технике | *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 соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; оце нивают правильность выполнения действия. | Научатся:  -характеризо- вать значение физической под- готовки солдат в русской армии; | 08.09-  12.09.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | значением для подготовки солдат русской армии. Обуче- ние бегу на 60 м с высокого и низкого старта. Игра-эстафета «За мЛом про- тивника» |  | бега с высокого и низкого старта | *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | - выполнять легкоатлети- ческие упраж- нения - бег на 60 м с высо- кого и низкого старта |  |  |
| 6 | Совершенство- вание навыка метания тен- нисного мяча в игре-эстафете «За мячом про- тивника». Кон- троль двигатель- ных качеств: бег на 60 м с высо- кого старта | Ком- бини- рован- ный | Каковы организа- ционные приемы выполнения кон- трольных забегов на 60 метров? Цели: учить вы- полнять бег на 60 м с высокого старта; закрепить навык метания малого мяча на дальность | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять упражнения для развития двигательных навыков;  -технически правильно вы- полнять забеги на дистанцию 60 м | |  | | --- | | 08.09-  12.09 |   Теку- щий |  |
| 7 | Совершенство-вание техники бега. Контроль двигательных качеств: бег на 1000 метров | Ком- бини- рован- ный | Корректировка техники бега. Цели: учить пра- вильной технике бега в медленном темпе на дистан- ции 1000м | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  -выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния (бег в мед- ленном темпе)  -равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега | |  | | --- | | 15.09-  19.09 |   Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
| 8 | Контроль дви- гательных ка- честв: метание теннисного мя- ча на дальность. Развитие двига- тельных качеств посредством игры «Подвиж- ная цель» | Ком- бини- рован- ный | Какие упражнения включать в раз- минку перед мета- нием мяча? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мя- чом | *Познавательные:* самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  -выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Кон- троль   |  | | --- | | 15.09-  19.09 | |  |
| 9 | Объяснение по- нятия «физиче- ская подготовка» во взаимосвязи с развитием сис- тем дыхания и кровообраще- ния.  Совершенство- вание техники низкого старта, стартового ускорения, фи- ниширования. Игра-эстафета «Преодолей препятствие» | Ком- бини- рован- ный | Общеразвивающие физкультурные упражнения. **Цели:** познако- мить с понятием «физическая под- готовка» и ее свя- зью с развитием систем дыхания и кровообращения, учить выполнять игровые упражне- ния из подвижных игр разной функ- циональной на- правленности | ***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.  ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. **Коммуникативные:** формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры-эста- феты;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками;  -характеризо- вать значение физической подготовки  в развитии сис- тем дыхания и кровообраще- ния | 15.09-  19.09 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
| 10 | Совершенство- вание прыжка в длину с разбе- га способом «согнув ноги». Развитие скоро- стно-силовых качеств.  Подвижная игра «Волк во рву» | Ком- бини- ро ван- ный | Как правильно вы- полнять основные движения в прыж- ках?  **Цели:** учить вы- полнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствиис поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры; - выполнять упражнение по образцу учителя и по- казу лучших учеников | 22.09-  26.09 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Совершенство- вание прыжка в длину с раз- бега.  Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Развитие вни- мания, мышле- ния, двигатель- ных качеств посредством подвижных игр | Ком- бини-  рован- ный | Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги? **Цели:** учить пра- вильной технике прыжка в длину с разбега, разви- вать внимание, ловкость при вы- полнении игровых упражнений | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учетахарактера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности *Личностные:* ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма  в прыжке в длину с раз- бега;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 22.09-  26.09 |  |
| 12 | Контроль дви- гательных ка- честв: прыжок в длину с разбе- га способом «согнув ноги». Развитие вни- мания, ловкости | Ком-  бини-  рован-  ный | Каковы организа- ционные приемы прыжков? **Цели:** учить пра- вильной технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» | *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. | **Научатся:**  -выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния (прыжки);  -технически правильно от- талкиваться | |  | | --- | | Теку- | | текущий | |  | |  | | |  | | --- | | 22.09-  03.10. | | 03.10. | | | 26.10. | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | в игре «Пры- гающие воро- бушки» |  |  | *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | и приземляться в прыжке в длину с разбега |  |  |
| 13 | Ознакомление со способами регулирования физической на- грузки.  Развитие коор- динационных качеств в упраж- нениях эстафет с мячами | Изуче- ние нового мате- риала | Как правильно ре- гулировать физи- ческую нагрузку? Цели: развивать координационные способности, гла- зомер и точность при выполнении эстафет с мячами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  -выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния;  -регулировать физическую нагрузку по ско- рости и про- должительно- сти выполнения упражнений | 29.09-  03.10.  Кон-  троль  двига-  тель-  ных  качеств  (бег  на 30 м) |  |
| 14 | Контроль дви- гательных ка- честв: челноч- ночный бег 3x10 м. Совершенство- вание прыжков через низкие барьеры | Ком- бини- рован- ный | Каковы правила выполнения чел- ночного бега 3\*10м? Цел в: развивать прыгучесть и ко- ординацию в беге с низкими барье- рами | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния;  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма  в прыжках через барьеры | 29.09-  03.10.  Теку-  щий |  |
| 15 | Обучение раз- бегу в прыжках в высоту спосо- бом «перешаги- вание». Разви- тие скоростно-  силовых ка- честв мышц ног (прыгучесть) | Изуче- ние нового мате- риала | Как определить толчковую ногу и с какой стороны разбегаться? Цели: учить разбегу в прыжках в вы-  соту способом «пе- решагивание» | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные;* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - выполнять разбег в прыж- ках в высоту способом «пе- решагивание»;  - выполнять организующие строевые команды и при- емы | 29.09-  10.10. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16 | Обучение прыжку в высо- ту способом «перешагива- ние». -  Совершенство- вание разбега в прыжках в высоту способом «перешаги-  вание» | Ком- бини- рован- ный | Какова этапность обучения прыжкам в высоту способом «перешагивание» Цели: учить вы- полнять легкоатле- тические упражнения прыжки в высоту различ- ными способами | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.  *Регулятивные:* вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.  *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные;* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  - выполнять правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физически- ми упражне- ниями | 06.10-  10.10. |  |
| 17 | Совершенство- вание разбега и прыжка в вы- соту способом «перешагива- ние».  Подвижная игра «Удочка» | Ком- бини- рован- ный | Как безопасно приземляться в прыжках?  Цели: учить безо- пасному призем- лению после вы- полнения прыжка в высоту способом перешагивание | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - выполнять легкоатлетиче- ские упражне- ния - прыжки в высоту | 06.10.-  10.10. |  |
| 18 | Разучивание игровых дейст- вий эстафет (броски, ловля, старт из различ  ных положе- ний).  Развитие коор- динационных способностей в эстафетах «Веселые старты» | Изуче- ние нового мате- риала | Как правильно передать и принять эстафету? Цели: выполнять командные дейст-  вия в эстафете для закрепления учебного материала | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - правильно передавать эстафету для развития координации  движений в различных ситуациях | 06.10.-  10.10.  Теку-  щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 19 | Ознакомление с правилами безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнасти- ческих снарядах. Развитие внимания, мышления, координации в общеразви- вающих упраж- нениях.  Подвижная игра «Перестрелка» | Ком- бини- рован- ный | Правила безопас- ности в зале с ин- вентарем и на гимнастических снарядах.  Цели: учить вы- полнять общераз- вивающие упраж- нения с предмета- ми (гимнастиче- ские скамейки и стенка) | *Познавательные:* самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.  *Регулятивные:* формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. *Коммуникативные:* договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:  - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного ре- зультата | 13.10-  17.10.  Теку-  щий |  |
| 20 | Повторение правил безопасного выполнения физических упражнений. Контроль дви- гательных ка- честв: подъем туловища за 30 секунд.  Подвижная игра «Посадка кар- тофеля» | Ком- бини- рован- ный | Как избежать травм во время занятий физически- ми упражнениями? Цели: закрепить умение поднимать туловище из положения лежа на быстроту | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:.  -соблюдать правила преду- преждения травматизма ва время заня- тий физически- ми упражне- ниями;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 13.10-  17.10.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 21 | Совершенство- вание упражне- ний акробатики: группировка, перекаты в группировке, кувырки, упор. Развитие скоростных качеств, ловко- сти, внимания' | При- мене- ние зна- ний, уме- ний | Развитие коорди- национных спо- собностей в упражнениях акробатики. **Цели:** закрепить навыки выполне- ния упражнений акробатики | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - выполнять упражнения для развития ловкости и ко- ординации | 13.10-  17.10.  Теку- щий |  |
| 22 | Совершенство- вание упражнений: стойка на лопатках, «мост», кувы- рок вперед, кувырок назад. Развитие координации в упражнениях акробатики и гимна- стики | При- мене- ние зна- ний, уме- ний | Каковы правила выполнения упражнений акробатики и гимнастики? **Цели:** учить вы- полнять упражне- ния фронтальным, поточным и груп- повым методом | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | **Научатся:**  - выполнять упражнения для оценки ди- намики инди- видуального развития основных физических качеств | Кон- троль  20.10-  24.10 |  |
| 23 | Совершенство- вание прыжков со скакалкой, выполнение упражнений в равновесиях и упорах на низком гимн-ческом бревне | При- мене- ние зна- ний, уме- ний | Какова зтапность при обучении прыжкам со ска- калкой?  **Цели:** закрепить умение прыгать и пробегать через длинную враща- ющуюся скакалку; учить выполнять  упражнения в равновесиях и упорах на низком гимнастическом бревне | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы. *Регулятивные:* используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  -выполнять сложные прыжки со скакалкой в различных сочетаниях;  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения | 20.10-  24.10. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 24 | Обучение опорному прыжку через гимнасти- ческого козла. Игра «Попры- гунчики-воро- бушки» | Изуче- ние нового мате- риала | Прыжки через гимнастического козла различными спо- собами.  Цели: учить прыжкам через гимна- стического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем переход в упор присев и соскок вперед) | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма  в прыжках че- рез гимнастиче- ского козла;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 20.10-  24.10.  Теку- щий |  |
| 25 | Совершенство- вание прыжков через гимнасти- ческого козла. Развитие вни- мания, коорди- нации, двига- тельных качеств в упражнениях полосы препят- ствий | Ком- бини- рован - ный | Правила передви- жения по полосе препятствий с ис- пользованием гим- настических сна- рядов.  Цели: учить безо- пасному преодоле- нию полосы пре- пятствий | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - выполнять упражнения для развития ловкости и координации | 27.10-  31.10.  Теку- щий |  |
| 26 | Разучивание упражнений с набивными мячами разного веса(1 .кг, 2 кг) | Изуче- ние нового  мате- риала | Какими способами регулируется фи- зическая нагрузка?  **Цели:** развивать силовые качества при выполнении упражнений с набивным мячом | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - выполнять броски и ловлю  Набивного мяча из разных ис- ходных поло- жений с пра- вильной поста- новкой рук | 27.10-  31.10.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 27 | Контроль дви- гательных ка- честв: наклон вперед из положения стоя. Совершенство- вание техники выполнения упражнений акробатики ме- тодом круговой тренировки. Игра «Ниточка и иголочка» | Ком- бини- рован- ный | Что такое круговая тренировка? **Цели:** развивать гибкость в упраж- нении наклон впе- ред из положения стоя | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы. *Регулятивные:* выполняют действия в соответстви с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  - выполнять упражнения акробатики ме- тодом круговой тренировки; - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 27.10-  31.10.  Теку- щий |  |
| 28  II  Чет-  верть | Обучение перемаху из висастоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сза- ди согнувшись на низкой перекладине. Игра «Ниточка и иголочка» | Изуче- ние нового мате- риала | Правила безопас- ного выполне- ния упражнений на гимнастической перекладине. **Цели:** учить вы- полнять перемах из виса стоя на низкой перекладине | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | **Научатся:**  - технически правильно вы- полнять пере- мах из виса стоя на низкой пере- кладине;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками; | 10.11-  14.11.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 29 | Обучение упражнениям на перекладине в определенной последователь- ности.  Подвижная игра «Перемена мест» | Изуче- ние нового мате- риала | Какова этапность при обучении пе- ремахам на пере- кладине? **Цели:** учить вы- полнять серию упражнений на пе- рекладине: из виса стоя присев толч- ком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опус- кание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнув- шись со сходом вперед на ноги | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий упражне- ниями на пере- кладине | 10.11-  14.11.  Теку- щий |  |
| 30 | Контроль дви- гательных ка- честв: подтяги- вания на низкой перекладине из виса лежа (девочки) и под- тягивания на пе- рекладине (мальчики). Совер- шенствование кувырков вперед.  Подвижная игра «Перемена  мест» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Организационные приемы лазанья по гимнастической стенке.  Цели: учить лаза- нью по гимнасти- ческой стенке; за- крепить навык вы- полнения кувырка вперед | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -технически правильно вы- полнять акроба- тические эле- менты (кувыр- ки);  -соблюдать правила безо- пасного пове- дения во время занятий | 10.11.-  14.11.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 31 | Совершенствование разучен- ных элементов гимнастики в игре «Альпи- нисты». Разви- тие силовых -способностей посредством парных упраж- нений акроба- тики у гимна- стической стенки | Ком- бини- ро ван- ный | Упражнения акро- батики в парах. Цели: закрепить навык выполнения упражнений гим- настики | *Познавательные:* ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  -выполнять упражнение  по образцу учителя и показу лучших учени- ков;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры в по- мещении | 17.11-  21.11  Теку- щий | *-* |
| 32 | Совершенство- вание лазанья по канату в три приема.  Развитие скоро-стно-силовых способностей (подъем туло- вища лежа на спине). Подвижная игра «Кто быстрее» | Ком- бини- рован- ный | Как выполнять лазанье по канату? Цели: учить лаза- нью по канату в три приема | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и само- контроль результата | Научатся: . - выполнять упражнения для развития ловкости и скоростно-силовых качеств | 17.11.-  21.11.  Теку- щий |  |
| 33 | Разучивание комплекса ОРУ с гимнастиче- скими палками. | Ком- бини- рован- ный | Правила безопас- ности в упражне- ниях с гимнастиче- скими палками. | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. | Научатся:  - организовы- вать и прово- дить подвиж- | 17.11.-  21.11.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Развитие вни- мания, коорди- нации, двига- тельных качеств в упражнениях полосы препят- ствий. Подвиж- ная игра «Салки с мячом» |  | **Цели:** развивать внимание и коор- динацию в упраж- нениях с гимна- стическими палками | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | ные игры в по- мещении; - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физкульту- рой |  |  |
| 34 | Совершенство- вание бросков теннисного мя- ча в цель. Разучивание упражнений на коррекцию осанки. Игра «Чья ко- манда быстрее осалит игроков» | Ком- бини- рован- ный | Как развивать точность броска? **Цели:** учить точ- ным броскам тен- нисного мяча | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | **Научатся:**  -точно бросать мяч;  -выполнять упражнения  по профилакти- ке нарушения осанки | 24.11.-  28.11.  Теку- щий |  |
| 35 | Ознакомление с правилами безопасности в упражнениях с мячами. Разучивание комплекса ОРУ с баскетболь- ными мячами. Игра «Пере- дал - садись» | Ком- бини- рован- ный | Какие действия на уроке могут привести к трав- мам?  **Цели:** учить быст- рому движению при передаче и ловле баскет- больного мяча; закрепить навык ведения мяча пра  вой (левой) рукой  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 решения.  *Коммуникативные:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и рлей в совместной деятельности. *Личностные:* принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  -технически" правильно бросать и ловить мяч при быст- ром движении;  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма | 24.11.-  28.11.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 36 | Совершенство- ванне техники выполнения бросков мяча в кольцо способом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу» | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как выполнять бросок мяча в кольцо способом «снизу» после ведения? Цели: закрепить навык бросков мяча в кольцо способом «снизу» после ведения | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -распределять свои силы  во время мед- ленного разми- ночного бега;  - правильно выполнять броски мяча  в кольцо спосо- бом «снизу» после ведения | 24.11-  28.11.  Теку- щий |  |
| 37 | Совершенство вание бросков баскетбольного мяча в кольцо способом «сверху» после ведения.  Подвижная игра «Бросок мяча в колонне» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как выполнять бросок мяча в кольцо способом «сверху» после ведения? Цели: закрепить навык броска мяча в кольцо способом «сверху» после ведения | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  - выполнять броски мяча в кольцо с пра- вильной поста- новкой рук | 01.12-  05.12. |  |
| 38 | Обучение ловле и передаче мяча в движении, в «треугольни- ке». Совершен- ствование бро- ска двумя руками от груди.  Подвижная игра «Мяч среднему» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Развитие быстроты и выносливости. Цели: учить быстрому движению при ловле и пере- даче баскетбольно- го мяча различны- ми способами | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 01.12.-  05.12.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| I | 2 | 3 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 39 | Обучение веде- нию мяча в движении с изменением направления. Совер-вание броска мяча в кольцо. Развитие координа- ционных спо- собностей в иг- ре в мини-бас- кетбол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как правильно вести и бросать мячв кольцо? **Цели:** развивать координационные способности, гла- зомер и точность при выполнении упражнений 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:* ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. ***Личностные:*** принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | **Научатся:**  -выполнять движение с мя- чом с измене- нием направле- ния;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | Теку- щий  01.12-  05.12 |  |
| 40 | Ознакомление с передвиже- ниями баскет- болиста в игре. Обучение пово- ротам на месте с мячом в ру- ках. Игра в ми- ни-баскетбол | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как правильно действовать в игре в баскетбол при владении мячом? **Цели:** учить пра- вильно выполнять повороты на месте с мячом в руках после ведения и остановки в два шага | ***Познавательные:*** определяют, где применяются действия **с мячом;** самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.  ***Личностные:*** ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | **Научатся:**  -технически правильно вы- полнять пово- роты на месте с мячом в ру- ках;  -взаимодейст- вовать с парт- нерами в игре | 08.12-  12.12.  Теку- щий |  |
| 41 | Контроль за развитием двигательных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Игра в мини- баскетбол | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Развитие скорост- но-с иловых ка- честв в поднима- нии туловища из положения лежа на спине на время. Цели: учить под- нимать туловище из положения  лежа на спине  за 30 секунд | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.  ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.  *Личностные:* раскрывают внутреннюю позицию школь ника | **Научатся:**  - выполнять упражнения для развития скоростно-си- ловых качеств | 08.12.-  12.12.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 42 | Совершенствование ведения мяча, остановки в два шага, поворотов с мячом на месте, передачи партнеру. Подвижная игра «Попади в кольцо» | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как действовать в игре, владея мячом, при атаке соперника? Цели:закрепить навык поворотов на месте с мячом в руках после ведения и остановки в два шага | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -технически правильно выполнять ведение и броски мяча;  взаимодейст- вовать с парт- нерами в игре | 08.12.-  12.12.  Теку- щий |  |
| 43 | Совершенствование бросков мяча одной рукой различными способами. Подвижная игра«Мяч среднему». Игра в ми- ни-баскетбол | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Какие бывают способы бросков мяча одной рукой? Цели: закреплять навык броска мяча одной рукой | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре- шают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -выполнять броски мяча одной рукой разными способами;  -контролиро- вать силу, вы- соту и точность броска | 15.12-  19.12.  Теку- щий |  |
| 44 | Совершенствование передви- жения с веде- нием мяча приставными шагами левым и правым боком. Игра в мини- баскетбол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Каким боком пере- двигаться при ведении правой рукой, левой рукой? Цели: развивать координацию при ведении мяча приставными шагами правым и левым боком | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре- шают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -технически правильно выполнять ве- дение мяча приставными шагами левым  и правым боком;  -взаимодейст- вовать с парт- нерами в игре | 15.12-  19.12.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 45 | Совершенство- вание ведения и броска мяча в корзину. Раз- витие координа- ционных способностей в эстафетах с ведением мяча и броском в корзину. Игра в мини-баскетбол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как выполняется остановка в два шага после веде- ния мяча? Цели: учить бро- сать мяч в корзи- ну после ведения и остановки в два шага | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - технически правильно вы- полнять веде- ние мяча с по- следующей остановкой в два шага и броском мяча в корзину | 15.12-  19.12.  теку- щий |  |
| 46 | Сов-вание ведения мяча с изменением направления. Развитие коорд-ных способностей в  эстафетах с ведением мя- ча. Игра в мини- баскетбол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как обводить про- тивника?  Цели: учить вести баскетбольный мяч с изменением на- правления и об- водкой партнера | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -технически правильно выполнять ве- дение мяча - с изменением направления;  -соблюдать правила взаи- модействия.  с игроками | 22.12.-  26.12.  Теку- щий |  |
| 47 | Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Какие упражнения разминки следует выполнять перед броском набивно- го мяча? Цели: развивать силу в бросках набивного мяча из-за головы | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения | Научатся:  -самостоятель- но подбирать подводящие упражнения разминки перед броском набив- ного мяча из-за головы | 22.12.-  26.12.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 48 | Совершенствование баскет больных упражнений.  Развитие коор- динационных способностей в эстафетах с ведением и передачей мяча. Игра в мини- баскетбол | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как действовать в игре командой? **Цели:** развивать навык выполнения баскетбольных упражнений в команде | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиям ее реализации. *Коммуникативные:* используют речьщля регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -выполнять упражнения для развития ловкости и координации;  -соблюдать правила взаи-  модействия  с игроками | 22.12.-  26.12.  Кон- троль |  |
| 49  III  Чет-  верть | Ознакомление с правилами безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Совершенство-вание движения на лыжах сту- пающим и скользящим шагом | При- мене- ние знаний и уме- ний | Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. **Цели:** закрепить навык переноса и крепления лыж, выполнения движения на лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время занятий лыжной подготовкой | 12.01-  16.01.  Теку- щий |  |
| 50 | Совершенство-вание передви- жения на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как подбирать спортивную форму в соответствии с погодой? **Цели:** закрепить навык передвиже- ния на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом | *Познавательные:* самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. *Регулятивные:* используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - технически правильно вы- полнять движе- ние на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом по дис- танции | 12.01-  16.01  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 51 | Совершенство- вание попере- менного двух- шажного хода на лыжах с палками.  Подвижная игра «Прокатись че- рез ворота» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как правильно подбирать лыжи и палки в соответ ствии с ростом? Цели: развивать выносливость по- переменным двухшажным ходом на лыжах с палками | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение;ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -подбирать лыжи и палки по росту;  -технически правильно вы- полнять попе- ременный двух- шажный ход  на лыжах с пал- ками | 12.01-  16.01  Теку- щий |  |
| 52 | Совершенство- вание одновре- менного одно- шажного хода на лыжах с палками.  Подвижная игра «Подними предмет» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Какие упражнения разминки выпол- няются перед прохождением дистанции на лыжах? Цели: закрепить навык одновре- менного одношажного хода на лыжах с палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - самостоятель- но организовы- вать и прово- дить разминку перед ходьбой на лыжах | 19.01-23.01  Теку- щий |  |
| 53 | Обучение одно- временному бесшажному ходу под уклон с палками. Раз- витие выносли- вости в ходь- бе на лыжах по дистанции 1 км со средней скоростью | Ком- бини-  рован- ный | Как распределять силы при ходьбе на лыжах на боль- шой дистанции? Цели: учить одновременному бесшажному ходу под уклон на лыжах с палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся: . - технически правильно вы- полнять одно- временный бес- шажный ход на лыжах с пал- ками под уклон | 19.01-23.01  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 54 | Совершенствование спуска на лыжах в высокой стойке, торможения «плугом». Обучение подъему на лыжах способом «полуелоч- ка» и «елочка» | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Как избежать падения при спуске с горки на лыжах? **Цели:** развивать выносливость, координацию в движении на лыжах различными способами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнения для развития координации (повороты, спуски и подъ- емы на лыжах) | 19.01-23.01  Теку- щий |  |
| 55 | Совершенствование одновре- менного двух- шажного хода на лыжах с палками. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистан- ции до 1500 м | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Какие действия и команды выполняются при обгоне на лыжах? **Цели:** закрепить навык выполнения одновременного двухшажного хода на лыжах с палками | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять упражнения для развития вы- носливости при прохождении на лыжах больших дис- танций | 26.01-30.01  Теку- щий |  |
| 56 | Совершенствование чередова- ния шага и хода на лыжах во время про- хождения дис-танции | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как выполнять че- редование шага и хода на лыжах? **Цели:** развивать выносливость и координацию во время прохож- дения дистанции на лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  ***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудо- любие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выявлять ха- рактерные ошибки в тех- нике выполне- ния лыжных ходов | 26.01-30.01  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 57 | Совершенство- вание техники торможения и поворотов на лыжах. Подвижная игра «Прокатись через ворота» | При- мене- ние знаний и уме- ний | В каких случаях применяется торможение падением?  Цели: закрепить навык торможе- ния и поворотов на лыжах | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять пово- роты, спуски и подъемы на лыжах | 26.01-30.01  Теку- щий |  |
| 58 | Совершенство- вание спуска на лыжах с пал- ками со склона способом «змейка».  Развитие вынос- ливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1000 м | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Развитие выносли- вости.  Цели: учить вы- полнять спуск на лыжах с палка- ми со склона спо- собом «змейка» | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. "  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнения для развития выносливости при прохожде- нии трениро- вочных дистан- ций разучен- ными способа- ми передвиже- ния | 02.02-06.02  Теку- щий |  |
| 59 | Обучение ходьбе на лыжах по дистанции 1000 м на время | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Какой интервал соблюдается при очередном старте на лыжах? Цели: учить прохождению на лыжах дистанции 1000 м на время | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся: °  - технически правильно вы- полнять двига- тельные дейст- вия лыжной подготовки, использовать их в соревнова- тельной деятель- ности | 02.02-06.02  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| I | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 60 | Разучивание игровых упраж- нений с бегом на лыжах и без лыж | Ком- бини- рован- ный | Как самостоятель- но заниматься в свободное время играми и лыжной подготовкой? Цели: учить орга- низовывать само- стоятельную дея- тельность зимой на улице | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - организовы- вать игровую деятельность с учетом требо- ваний ее безо- пасности | 02.02-06.02  Теку- щий |  |
| 61 | Ознакомление с правилами безопасности в спортивном зале с мячами. Совершенство- вание техники бросков и ловли волейбольного мяча разными способами в парах | Ком- бини- рован- ный | Правила безопас- ного поведения в спортивном зале с мячами. Цели: закрепить навык броска и ловли волейболь- ного мяча различ- ными способами | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять броски и ловлю волей- больного мяча | 09.02-13.02Теку- щий |  |
| 62 | Совершенство- вание бросков мяча через сет- ку различными способами. Обучение ловле мяча с последу- ющими прыж- ками в два шага к сетке.  Игра «Выстрел в небо» | Ком- бини- рован- ный | Как правильно и точно выполнять броски мяча через сетку?  Цели: учить ло- вить мяч через сетку; развивать координационные способности при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -выполнять упражнения  по образцу учи- теля и показу лучших учени- ков;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 09.02-13.02  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 63 | Совершенство- вание бросков мяча через сет- ку из зоны по- дачи двумя ру- ками. Игра в пионербол | Ком- бини- рован- ный | Подача мяча. Цели: учить ло- вить мяч через сетку с подачи | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - соблюдать правила преду- преждения травматизма во время заня- тий упражне- ниями с мячом | 09.02-13.02  Теку- щий |  |
| 64 | Совершенство- вание подачи мяча через сет- ку броском од- ной рукой из зоны подачи. Игра в пионер- бол | Ком- бини- рован- ный | Как правильно и точно выполнять подачу мяча через сетку броском од- ной рукой из зоны подачи?  Цели: учить ло- вить мяч с подачи | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи | 16.02-20.02Теку- щий |  |
| 65 | Обучение по- ложению рук и ног при при- еме и передаче мяча сверху и снизу. Игра в пионер- бол | Изуче- ние нового мате- риала | Как правильно выполнять стойку волейболиста? Цели: учить дви- гательным дейст- виям во время игры в волейбол | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять упражнение  с мячом по образцу учителя и показу луч- ших учеников;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 16.02-20.02  Теку- щий |  |
| 66 | Обучение упражнениям с мячом в парах:  - верхняя пере- дача мяча с соб- | Изуче- ние нового  мате- риала | Развитие коорди- национных спо- собностей. Цели: учить бро- сать и ловить мяч | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. | Научатся:  - выполнять игровые упраж- нения с элемен- тами волейбола | 16.02-20.02 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | ственным под- брасыванием; - приемсверху и передача мяча после набрасы- вания партне- ром |  | в паре различными способами | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей |  | Теку- щий |  |
| 67 | Обучение упраж- нениям с мячом в парах:  -нижняя пере- дача мяча с собственным под- брасыванием;  -прием снизу  и передача мяча после набрасы- вания партне- ром | Изуче- ние нового мате- риала | Упражнения с мячом в паре. Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре- шают учебную задачу.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  - выполнять упражнения для развития ловкости и координации | 23.02-27.02  Теку- щий |  |
| 68 | Совершенствование стойкиволейболиста Игра в пионербол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Развитие ловкости и координации. Цели: закрепить положение рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу сетки | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек- ватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляютдисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры с мячом;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 23.02-27.02  Теку- щий |  |
| 69 | Обучение  упражнениям с мячом в парах: | Изуче- ние нового | Как точно выполнять подачу и пе- редачу мяча? | *Познавательные:* определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре- шают учебную задачу. | Научатся:  - технически правильно вы- | 23.02-27.02. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | -нижняя пря- мая подача на расстоянии 5-6 метров от партнера;  -прием и пере- дача мяча после подачи партнером | мате- риала | Цели: учить нижней прямой подаче, приему и передаче мяча после подачи партнером | *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата | полнять подачу и передачу мяча через сетку | Теку- щий |  |
| 70 | Обучение упражнениям с мячом в па- рах:  - верхняя передача мяча с собственным подбрасыванием;  -прием сверху и передача мяча после набрасывания партнером | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Упражнения с эле- ментами волейбола в паре.  Цели: развивать координационные способности, гла- зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять упражнения с элементами волейбола;  -соблюдать правила преду- преждения травматизма во время заня- тий упражне- ниями с мячом | 02.03-06.03  Теку- щий |  |
| 71 | Развитие коор- динационных способностей, внимания, лов- кости в упраж- нениях с эле- ментами волей- бола | При- мене- ние знаний и уме- ний | Развитие коорди- национных спо- собностей. Цели: закрепить навык выполнения упражнений с элементами волейбола в паре | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять подачу и передачу мяча через сетку раз- личными спо- собами | 02.03-06.03  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | *1* | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 72 | Совершенство- вание упражне- ний с элемента- ми волейбола в парах | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Правила выполне- ния бросков и ловли волейбольного мяча.  Цели: развивать координационные способности, гла- зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий упражне- ниями | 02.03-06.03  Теку- щий |  |
| 73 | Развитие вни- мания, мышле- ния, двигатель^ ных качеств посредством волейбольных упражнений. Игра в пионер- бол с элемента ми волейбола | При- мене- ние  знаний и уме- ний | Правила и условия проведения игры в волейбол. Целя: учить при- менять освоенные навыки упражне- ний с элементами волейбола в игро- вой деятельности | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнения с элементами волейбола во время игры в пионербол | 09.03.-  13.03.  Теку- щий |  |
| 74 | Совершенство- вание упражне- ний с элемента- ми волейбола индивидуально в парах, груп- пах. Игра в пионербол с элемента- ми волейбола | При- мене- ние знаний и уме- ний | Развитие коорди- национных спо- собностей. Целя: закрепить навык двигатель- ных действий,со- ставляющих со- держание игры в волейбол | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -организовы вать и прово- дить подвиж- ные игры с мячом;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 09.03.-  13.03.  Кон- троль |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 75 | Совершенство- вание упражне- ний с элемента- ми волейбола и применение их в пионерболе | Ком- бини- рован- ный | Правила безопас- ного поведения в подвижных и спортивных иг- рах.  Цели: закрепить навык двигатель- ных действий, со- ставляющих со- держание игры в волейбол | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи- модействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - применять элементы во- лейбола в игре в пионербол;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 09.03-13.03.  Кон- троль |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 76 | Разучивание общеразвивающих упражнений с гимнастиче- скими палками и упражнений на гимнастиче- ской стенке. Подвижная игра «Салки с домом» | Ком- бини- ро ван- ный | Правила безопас- ности в упражне- ниях гимнастики. Цепи: учить упражнениям на гимнастической стенке | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения ко- нечного результата | 16.03.-  20.03.  Теку- щий |  |
| 77 | Развитие коор- динационных способностей в упражнениях акробатики. Подвижная игра «Заморозки» | При- мене- ние знаний и уме- ний | Правила безопас- ного выполнения упражнений акро- батики.  Цели: закрепить навык выполнения кувырков вперед и назад, стойки на лопатках, голове, руках у опоры | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисципли- нированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -технически правильно вы- полнять упраж- нения акроба- тики;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 16.03.-  20.03.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 78 | Обучение упраж- нения» на гим- настическом бревне высотой 80-100 см (на носках, приставным шагом, выпадами). Подвижная игра «Заморозки» | При- мене- ние Знаний и уме- ний | Развитие равнове- сия.  Цели: учить вы- полнять упражне- ния на гимнасти- ческом бревне различными способами | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять упражнения на гимнастиче- ском бревне,  -контролиро- вать осанку при выполнении упражнений | 16.03.-  20.03.  Теку- щий |  |
| 79  IV  Чет  верть | Совершенство- вание упражне- ний на гимна- стическом бревне.  Подвижная игра «Ноги на весу» | При- мене- ние знаний и уме- ний | Развитие равнове- сия.  Цели: закрепить навык упражнений на гимнастическом бревне высотой 80-100 см (присе- дания, переходы в упор присев, в упор стоя на ко- ленях) | *Познавательные:* Ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - выполнять упражнения для развития равновесия на гимнастиче- ском бревне | 01.04.-  03.04.  Теку- щий |  |
| 80 | Контроль за раз- витием двига- тельных качеств: прыжок в длину с места. Совершенство- вание лазанья по канату в три приема. Подвижная игра «Мышеловка» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Развитие силовых  качеств.  Цели: закрепить  умение лазать  по канату в три  приема | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формули- руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи- модействии. *Личностные:* ориентируются на активное общение  и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - характеризо- вать роль и зна- чение уроков физической культуры для укрепления си- ловых качеств | 01.04.-  03.04.  Теку- щий |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | б | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 81 | Совершенство- вание ходьбы по гимнастиче- скому бревну высотой 80- 100 см (с пово- ротами на нос- ках, на одной ноге, повороты прыжком). Подвижная игра «Мышеловка» | Приме- нение знаний и уме- ний | Развитие равнове- сия.  **Цели:** закрепить навыки ходьбы по гимнастическо- му бревну в раз- личных сочетаниях без потери равно- весия | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -выполнять упражнения для развития равновесия;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 06.04-10.04  Теку- щий |  |
| 82 | Обучение опор- ному прыжку через гимнасти- ческого козла. Подвижная игра «Охотники и утки» | Комби- ниро- ван- ный | Развитие силы. **Цели:** учить пры- гать через гимна- стического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед) | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:,**  - технически правильно вы- полнять опор- ный прыжок через гимна- стического козла | 06.04-10.04  Теку- щий |  |
| 83 | Совершенство- вание перемаха на низкой перекладине. Развитие коор-  динации в стойке на руках с опорой о стену. Подвижная игра «Вышибалы» | Приме- нение знаний и уме- ний | Развитие коорди- национных спо- собностей. Цели: закрепить навык перемаха  на низкой перекла- дине из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сзади согнувшись | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип- линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  - выполнять упражнение по образцу учителя и показу  лучших учени- ков;  - удерживать стойку на руках в течение дли- тельного вре- мени | 06.04.-  10.04.  Кон- троль |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 84 | Контроль за развитием двигательных качеств: подтя- гивания на низ- кой перекладине из виса лежа (девочки), под- тягивания на перекладине (маль- чики).  Подвижная игра «Вышибалы» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Развитие силы в подтягивании на перекладине. Цели: развивать внимание, лов- кость при выпол- нении игровых упражнений с мячом | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры;  - соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 13.04-17.04  Кон- троль |  |
| 85 | Обучение упражнениям на перекладине в связке. Развитие коор- динации, ловкости, внимания в серии кувыр- ков вперед. Подвижная игра «Метко в цель» | Ком- бини- рован- ный | Как выполнять серию кувырков вперед?  Цели: учить вы- полнять связку упражнений на перекладине: из виса стоя присев толчком двумя ногами пере мах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опус- кание назад в вис  стоя и обратное движение через вис сзади согнув- шись со сходом вперед на ноги | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -технически правильно вы- полнять упражнения на перекладине;  -соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физически-  ми упражне- ниями | 13.04-17.04  Кон- троль |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 86 | Совершенство- ванне дыхатель- ных упражне- ний по методике А. Стрельнико- вой; развитие координации, ловкости, вни- мания в упраж- нениях акроба- тики | Ком- бини- рован- ный | Роль физкультур- ной деятельности оздоровительной направленности. **Цепи:** учить вы- полнять упражне- ния акробатики в связке: «ласточ- ка», упор в широ- кой стойке ноги врозь, перекатом вперед, лечь, мост, «стойка на лопат- ках», перекатом вперед, упор при- сев, встать | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - характеризо- вать физиче- скую культуру как средство укрепления здоровья, физи- ческого разви- тия и физиче- ской подготов- ки человека | 13.04-  17.04.  Кон- троль |  |
| 87 | Контроль за развитием двигательных качеств:наклон вперед из положения стоя. Совершенство- вание дыха- тельных упражнений по методике А. Стрельниковой. Подвижная игра «Третий лишний» | Ком- бини- рован- ный | Развитие гибкости. **Цели:** учить вы- полнять комплекс упражнений по профилактике заболеваний дыхательной системы посредст- вом упражнений по методике А. Стрельниковой | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  -выполнять упражнения для развития гибкости;  -организовы- вать и прово- дить занятия физической\* культурой  с профилакти- ческой направ- ленностью | 20.04-24.04Кон- троль |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 88 | Обучение гим- настике для глаз.  Совершенство- вание упражне ний акробатики на развитие гибкости («мост», «лодочка», «рыбка», шпагат). , Подвижная игра «Удочка» | Изуче- ние но- вого мате- риала | Развитие гибкости в упражнениях акробатики. Цели: учить вы- полнять упражне- ния для коррекции зрения | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  - организовы- вать и прово- дить занятия физической культурой с профилакти- ческой направ- ленностью | 20.04-24.04 |  |
| 89 | Совершенство- вание упражне- ний гимнастики для глаз. Кон- троль за разви- тием двигатель- ных качеств: броски набив- ного мяча из-за головы. Развитие вни- мания, мышле- ния, координа- ции посредст- вом упражне- ний акробатики в комбинации | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Развитие координа- ционных способностей в упражнениях акробатики. Цели: учить вы- полнять комбина- цию упражнений акробатики (кувырок вперед, кувырок назад, прыжок вверх с поворотом на 180°, упор при- сев, прыжком упор лежа, лечь на живот,рыбка», «корзинка», встать) | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:  -выполнять упражнения гимнастики для глаз;  -выполнять упражнение  по образцу учи- теля и показу лучших учени- ков | 20.04-  24.04.  Теку- щий |  |
| 90 | Развитие ловкости и координа- ции в упражне- ниях акробатики. | При- мене- ние знаний | Акробатические элементы. Цели: выполнять командные дейст- | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. | Научатся:  - выполнять упражнения  гимнастики | 27.04-30.04 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  | Разучивание игровых дейст- вий эстафет с преодолением препятствий и элементами акробатики | и уме- ний | вия в эстафете для закрепления учебного материала | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнениеи позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | и акробатики, применять их в игровой и со- ревновательной деятельности | Теку- щий |  |
| 91 | Обучение спе- циальным беговым упражнениям. Совер-вание беговых упражнений с ускорением с высокого старта. Подвижная игра «Невод» | Ком- бини- рован- ный | Правила безопас- ного поведения на спортивной площадке.  Цели: закрепить навыки упражне- ний легкой атлетики на развитие быстроты и коор- динации | *Познавательные:* самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - соблюдать правила пове- дения и преду- преждения травматизма во время заня- тий физически- ми упражне- ниями | 27.04-30.04  Теку- щий |  |
| 92 | Контроль за развитием двигательных качеств: чел- ночный бег 3x10 метров. Ознакомление со способами закаливания организма (воз- душные и сол- нечные ванны,  купание в есте- ственных водо- емах).Игра «Ловишка, поймай ленту» | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Как контролиро- вать развитие дви- гательных качеств? Цели: развивать двигательные ка- чества, выносли- вость, быстроту во время выполне- ния челночного бега | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - характеризо- вать способы закаливания организма;  - технически правильно выполнять чел- ночный бег | 27.04.-  30.04. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 93 | Ознакомление с доврачебной помощью при легких ушибах, царапинах и ссадинах, по- тертостях. Контроль за развитием двигатель- ных качеств: бег на 30 м | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Низкий старт, стартовое ускоре- ние,финиширова- ние.  **Цели:** развивать двигательные ка- чества, выносли- вость, быстроту в беге на короткие дистанции | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. *Личностные:* проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | **Научатся:**  - оказывать доврачебную помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях | 04.05-08.05 |  |
| 94 | Обучение бро- скам и ловле теннисного мя- ча на дальность в максимальном темпе, из раз- ных исходных положений в парах. Игра «Подвиж- ная цель» | При- мене- ние знаний и уме- ний | Как развивать ловкость и быстроту? **Цели:** закрепить навык броска ма- лого мяча различ- ными способами | *Познавательные:* самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | **Научатся:**  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками;  -организовы- вать и прово- дить подвиж- ные игры | 04.05-08.05 Кон- троль двига- тель- ных качеств (бег на 30 м) |  |
| 95 | Контроль за развитием двигательных качеств: мета- | Про- верка и кор- рекция | Как совершенство- вать метание и лов- лю теннисного мяча? | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. | **Научатся:**  - метать тен- нисный мяч на дальность | 04.05.-  08.05. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ние теннисного мяча на даль- ность.  Подвижная игра «Охотники и утки» | знаний и уме- ний | Цели: закрепить навык метания теннисного мяча на дальность | *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | с правильной постановкой  руки |  |  |
| 96 | Развитие силы в метании на- бивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из раз- ных исходных положений и различными способами в парах и в кругу. Игра в мини- футбол | При- мене- ние знаний и уме- ний | Развитие силовых качеств.  Цели: закрепить навык метания на- бивных мячей различными способами | *Познавательные:* самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения. *Регулятивные:* выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.  *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - контролиро- вать нагрузку в процессе вы- полнения учеб- ных заданий | 11.05-15.05 |  |
| 97 | Обучение прыжкам в вы- соту на месте с касанием ру- кой подвешен- ных ориенти- ров. Совершен- ствование прыжков в длину с разбега спосо- бом «согнув ноги». Игра в мини-футбол | Ком- бнни- ро ван- ный | Организационные приемы прыжков. Цели: выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки в высоту и в длину с разбега | *Познавательные:* самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.  *Личностные:* ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  - технически правильно вы- полнять двига- тельные дейст- вия легкой ат- летики | 11.05-15.05 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 98 | Контроль за развитием двигательных качеств: пры- жок в длину с разбега способом согнув ноги.  Равномерный шестиминутный бег.  Игра в мини- футбол | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Как развивать вы- носливость при медленном беге? Цели: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 минут | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутного бега;  -оценивать величину нагрузки по частоте пульса | 11.05.-  15.05.  Кон- троль двига- тель- ных качеств (чел- ночный бег) |  |
| 99 | Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 60 м | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе и с ускорением | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач.  *Регулятивные:* оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. *Коммуникативные:* допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон- троль результата | Научатся:  -равномерно распределять свои силы во время бега с ускорением; - оценивать величину на- грузки по частоте пульса | 18.05-22.05 |  |
| 100 | Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м | Про- верка и кор- рекция знаний и уме- ний | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время | *Познавательные:* самостоятельно 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 ро- лей в совместной деятельности. *Личностные:* принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:  -равномерно распределять свои силы для завершения бега;  -оценивать ве- личинунагруз  ки по частоте пульса | 18.05-22.05 |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 101 | Разучивание упражнений эстафет «Весе- лые старты» | Ком- бини- рован- ный | Как использовать полученные навы- ки в процессе обучения?  Цели: закреплять умения и навыки правильного вы- полнения основ- ных видов движе- ний | *Познавательные:* используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Коммуникативные:* используют речь для регуляции своего действия.  *Личностные:* ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата | Научатся:  -подбирать эстафеты и формулировать их правила;  -организовы- вать и прово- дить «Веселые старты»;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 18.05-  22.05 |  |
| 102 | Совершенство-вание подвижных и спортивных игр по вы- бору | Ком- бини- рован- ный | Как использовать полученные навы- ки в процессе обу- чения?  Цели: закреплять умения и навыки правильного вы- полнения основ- ных видов движе- ний; осуществлять подвижные игры для развития дви- гательных качеств | *Познавательные:* ориентируются в разнообразии способов решения задач.  *Регулятивные:* планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. *Коммуникативные:* формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.  *Личностные:* проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:  -называть игры и формулиро- вать их прави- ла;организовывать и проводить подвижные иг- ры в помеще- нии;  -соблюдать правила взаи- модействия  с игроками | 25.05-29.05 |  |

Рассмотрено на заседании ШМО учителей естествознания протокол №\_\_\_

От «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2014 года.

Рук. ШМО учителей естествознания \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Попова В. М.)

Согласовано

Зам. Директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Чалей И. В. )