|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 3кл  Физ-ра   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | №  п/п | Сроки | Тема | Планируемые результаты | | | | Деятельность обучающихся | Формы организации образовательного процесса.  Формы контроля. | | Личностные | Метапредметные | Предметные | | | Знания о физической культуре ( 1 ч ) | | | | | | | | | | 1 | Сен  тябрь | Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви. | • владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность    Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; | Ученик научится: понимать:  - значение и роль легкоатлетических упражнения на развитие выносливости, скоростных качеств | | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия спортивными играми. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. |  | | Л е г к а я   а т л е т и к а (12 часов) | | | | | | | | | | 2 | Сен  тябрь | Правила безопасного поведения в местах занятия физической культурой. Обучение высокому старту. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения  Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры | | Ученик получит возможность научиться: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности. |  | | 3 | Сен  тябрь | Закрепление высокого старта. ОРУ беговые. Строевые упражнения: повороты на месте, элементы 2 класса. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении | Коммуникативные: организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды  «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На первый второй рассчитайся!». |  | | 4 | Сен  тябрь | Совершенствование высокого старта. Беговые упражнения. Строевые упражнения. Круговая эстафета. Бег 2мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: оказание посильной помощи и моральной поддержкам  сверстникам при выполнении учебных заданий | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 5 | Сен  тябрь | Обучение прыжка в длину с разбега. Совершенствование беговых упражнений и высокого старта. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям | Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять | | Ученик получит возможность научиться: отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 6 | Сен  тябрь | Оценивание результата в беге на 30м. Обучение метанию мяча на дальность с места. Закрепление прыжка в длину с разбега. Совершенствование старта и прыжковых упражнений. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой | Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке    Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме | | Ученик получит возможность научиться: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 7 | Сен  тябрь | Оценивание высокого старта и прыжка в длину с места. Закрепление метания мяча с места. Совершенствование прыжка в длину с разбега. ОРУ прыжковые упражнения. Игра «Салки». Бег 3 мин. | владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание | Коммуникативные: Умение слушать и понимать других  Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе | | Ученик научится: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 8 | Сен  тябрь | Оценивание прыжков в высоту с места. Разучивание метания мяча в цель с 6м. Совершенствование прыжка в длину с разбега и метания мяча на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. | Коммуникативные: Формирование умения составления комплексов упражнений  Регулятивные: обеспечивать защиту и сохранность природы во время занятий физической культурой  Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы | | Ученик получит возможность научиться: метать малым мячом в цель на расстоянии 10(7) метров | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 9 | Сен  тябрь | Оценивание челночного бега 3х10м. Совершенствование метания мяча в цель и на дальность. Прыжки в длину с разбега. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях | Коммуникативные: Формирование навыков контролировать свое физическое состояние  Регулятивные: находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках, метании | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 10 | Сен  тябрь | Оценивание прыжка в длину с разбега. Совершенствование метаний мяча в цель и на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,..)    Регулятивные: оценивание величины  физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: выполнять прыжок в длину с места, разбега | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 11 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча на дальность с места и наклоны вперед сидя на полу. Разучивание комплекса типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5 мин. | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру  Регулятивные: освоят правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий  Познавательные: Осмысление правил игры. | | Ученик научится: метанию  мяча на дальность с места и наклонам  вперед сидя на полу. | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 12 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча в цель с 6м. Закрепление ОРУ типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе  Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации. | | Ученик научится: метанию  мяча в цель с 6м | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 13 | Ок  тябрь | Оценивание результата в беге на 1000м и подтягивания на перекладине. Совершенствование комплекса зарядки. Игра «Воробьи-вороны». | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность  Регулятивные: овладение всеми типами учебных действий, направленных на организацию своей работы  Познавательные: Анализ игровой ситуации. | | Ученик научится: стартовать с высокого старта, подтягиваться  на перекладине, | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | Спортивные и подвижные игры (15 часов) | | | | | | | | | | 14 | Ок  тябрь | Разучивание передач мяча в парах. Круговая эстафета. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Умение организовать и провести игру.  Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, в том числе задачи, поставленные на урок и задачи по освоению двигательных действий  Познавательные: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы | | Ученик научится:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности |  | | 15 | Ок  тябрь | Разучивание ведения мяча на месте. Закрепление передач мяча в парах. Круговая эстафета. | активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.    Регулятивные: принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств указанную учителем, в учебном процессе  Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки | | Ученик получит возможность научиться: правилам безопасного поведения при  подвижных играх | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 16 | Ок  тябрь | Оценивание ОРУ типа зарядки. Разучивание ведения мяча в ходьбе. Закрепление ведения мяча на месте. Круговая эстафета. | проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; | Коммуникативные: Формирование умения выбирать упражнения для развития физических качеств.    Регулятивные: принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала  Познавательные: осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик получит возможность научиться: играть в подвижные игры с бегом,  прыжками, метаниями | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 17 | Ок  тябрь | Совершенствование передач мяча в парах и ведение мяча на месте. Закрепление ведение мяча в ходьбе. Игра «Салки». | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз  Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации      Познавательные: строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: держание передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм. | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 18 | Ок  тябрь | Совершенствование баскетбольных приемов. Разучивание перестроение из одной шеренги в две. Игра «Салки». | оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру.    Регулятивные: оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности  Познавательные: устанавливать причинно-следственные связи различных подготовительных упражнений с оздоровительными задачами | | Ученик получит возможность научиться: -владеть мячом: держание, передача, ловля, ведение мяча индивидуально и в паре, и стоя на месте, в шаге, в движении; | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 19 | Ок  тябрь | Оценивание передач мяча в парах. Совершенствование ведений. Строевые упражнения на перестроения. Игра «Салки». | положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений физкультурно-оздоровительной деятельности  Познавательные: ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности | | Ученик получит возможность научиться: понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.  Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. |  | | 20 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча на месте. Совершенствование ведений и передач мяча. Игра «Белые медведи». | -       интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности  Регулятивные: адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей  Познавательные: -       осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик научится: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 21 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча в ходьбе. Совершенствование передач и ведений в шаге. Игра «Белые медведи». | -       способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств; | Коммуникативные: во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партером и учитывая его реакцию на игру  Регулятивные: проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения  Познавательные: произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр; | | Ученик получит возможность научиться: выполнять упражнения.  Знать разученные игры. | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 22 | Ок  тябрь | Совершенствование строевых приемов. Различные передачи и ведения баскетбольного мяча. Игра «Воробьи-вороны». | эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах; | Коммуникативные: контролировать свои действия в коллективной работе  Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок  Познавательные: -       анализировать технику игры или выполнения упражнений, строя логичные рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей | | Ученик получит возможность научиться: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету на двух ногах, самостоятельно играть. | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 23 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведений мяча на месте и в ходьбе. Игра «Воробьи-вороны». | -установка на здоровый образ жизни | Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника  Регулятивные: различать способ и результат собственных и коллективных действий  Познавательные: осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, сам. играть | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 24 | Ок  тябрь | Совершенствование ведения мяча на месте и в ходьбе. Эстафеты с ведением баскетбольного мяча. | -основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта | Коммуникативные: разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде  Регулятивные: вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности  Познавательные: | | Ученик получит возможность научиться: **знать** с каких мышц начинать «Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп». | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач |  | | 25 | Ок  тябрь | Разучивание ОРУ с гимнастическими скакалками. Совершенствование баскетбольных приемов. Эстафеты с ведением баскетбольных мячей. | -       уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры; | Коммуникативные: отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию  Регулятивные: оценивать технику выполнения упражнения одноклассника, проводить анализ действий игроков во время игры  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик получит возможность научиться: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 26 | Ок  тябрь | Закрепление комплекса с гимнастическими скакалками. Передачи и ведения мяча в парах на месте и в движении. Эстафеты с набивными мячами. | -       представления о физической красоте человека через знакомство с физкультурно-оздоровительной деятельностью; | Коммуникативные: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии  Регулятивные: -       проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик научится: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 27 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведения мяча в эстафетах. Совершенствование комплекса с гимнастическими скакалками. Баскетбольные приемы. Эстафеты с набивными мячами. | -       формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений | Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера  Регулятивные: самостоятельно осваивать новые упражнения по схеме представленной учителем  Познавательные: -       характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья | | Ученик получит возможность научиться понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | Призенцова Лариса аватар |  | |  | **+4/—**  30 Июль 2013, 10:14Призенцова Лариса302 просмотра   * Для комментирования [войдите](http://www.edu54.ru/user/login?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) или [зарегистрируйтесь](http://www.edu54.ru/user/register?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) * 302 просмотра | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 3кл  Физ-ра   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | №  п/п | Сроки | Тема | Планируемые результаты | | | | Деятельность обучающихся | Формы организации образовательного процесса.  Формы контроля. | | Личностные | Метапредметные | Предметные | | | Знания о физической культуре ( 1 ч ) | | | | | | | | | | 1 | Сен  тябрь | Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви. | • владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность    Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; | Ученик научится: понимать:  - значение и роль легкоатлетических упражнения на развитие выносливости, скоростных качеств | | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия спортивными играми. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. |  | | Л е г к а я   а т л е т и к а (12 часов) | | | | | | | | | | 2 | Сен  тябрь | Правила безопасного поведения в местах занятия физической культурой. Обучение высокому старту. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения  Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры | | Ученик получит возможность научиться: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности. |  | | 3 | Сен  тябрь | Закрепление высокого старта. ОРУ беговые. Строевые упражнения: повороты на месте, элементы 2 класса. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении | Коммуникативные: организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды  «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На первый второй рассчитайся!». |  | | 4 | Сен  тябрь | Совершенствование высокого старта. Беговые упражнения. Строевые упражнения. Круговая эстафета. Бег 2мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: оказание посильной помощи и моральной поддержкам  сверстникам при выполнении учебных заданий | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 5 | Сен  тябрь | Обучение прыжка в длину с разбега. Совершенствование беговых упражнений и высокого старта. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям | Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять | | Ученик получит возможность научиться: отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 6 | Сен  тябрь | Оценивание результата в беге на 30м. Обучение метанию мяча на дальность с места. Закрепление прыжка в длину с разбега. Совершенствование старта и прыжковых упражнений. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой | Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке    Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме | | Ученик получит возможность научиться: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 7 | Сен  тябрь | Оценивание высокого старта и прыжка в длину с места. Закрепление метания мяча с места. Совершенствование прыжка в длину с разбега. ОРУ прыжковые упражнения. Игра «Салки». Бег 3 мин. | владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание | Коммуникативные: Умение слушать и понимать других  Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе | | Ученик научится: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 8 | Сен  тябрь | Оценивание прыжков в высоту с места. Разучивание метания мяча в цель с 6м. Совершенствование прыжка в длину с разбега и метания мяча на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. | Коммуникативные: Формирование умения составления комплексов упражнений  Регулятивные: обеспечивать защиту и сохранность природы во время занятий физической культурой  Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы | | Ученик получит возможность научиться: метать малым мячом в цель на расстоянии 10(7) метров | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 9 | Сен  тябрь | Оценивание челночного бега 3х10м. Совершенствование метания мяча в цель и на дальность. Прыжки в длину с разбега. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях | Коммуникативные: Формирование навыков контролировать свое физическое состояние  Регулятивные: находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках, метании | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 10 | Сен  тябрь | Оценивание прыжка в длину с разбега. Совершенствование метаний мяча в цель и на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,..)    Регулятивные: оценивание величины  физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: выполнять прыжок в длину с места, разбега | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 11 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча на дальность с места и наклоны вперед сидя на полу. Разучивание комплекса типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5 мин. | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру  Регулятивные: освоят правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий  Познавательные: Осмысление правил игры. | | Ученик научится: метанию  мяча на дальность с места и наклонам  вперед сидя на полу. | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 12 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча в цель с 6м. Закрепление ОРУ типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе  Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации. | | Ученик научится: метанию  мяча в цель с 6м | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 13 | Ок  тябрь | Оценивание результата в беге на 1000м и подтягивания на перекладине. Совершенствование комплекса зарядки. Игра «Воробьи-вороны». | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность  Регулятивные: овладение всеми типами учебных действий, направленных на организацию своей работы  Познавательные: Анализ игровой ситуации. | | Ученик научится: стартовать с высокого старта, подтягиваться  на перекладине, | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | Спортивные и подвижные игры (15 часов) | | | | | | | | | | 14 | Ок  тябрь | Разучивание передач мяча в парах. Круговая эстафета. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Умение организовать и провести игру.  Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, в том числе задачи, поставленные на урок и задачи по освоению двигательных действий  Познавательные: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы | | Ученик научится:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности |  | | 15 | Ок  тябрь | Разучивание ведения мяча на месте. Закрепление передач мяча в парах. Круговая эстафета. | активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.    Регулятивные: принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств указанную учителем, в учебном процессе  Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки | | Ученик получит возможность научиться: правилам безопасного поведения при  подвижных играх | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 16 | Ок  тябрь | Оценивание ОРУ типа зарядки. Разучивание ведения мяча в ходьбе. Закрепление ведения мяча на месте. Круговая эстафета. | проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; | Коммуникативные: Формирование умения выбирать упражнения для развития физических качеств.    Регулятивные: принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала  Познавательные: осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик получит возможность научиться: играть в подвижные игры с бегом,  прыжками, метаниями | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 17 | Ок  тябрь | Совершенствование передач мяча в парах и ведение мяча на месте. Закрепление ведение мяча в ходьбе. Игра «Салки». | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз  Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации      Познавательные: строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: держание передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм. | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 18 | Ок  тябрь | Совершенствование баскетбольных приемов. Разучивание перестроение из одной шеренги в две. Игра «Салки». | оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру.    Регулятивные: оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности  Познавательные: устанавливать причинно-следственные связи различных подготовительных упражнений с оздоровительными задачами | | Ученик получит возможность научиться: -владеть мячом: держание, передача, ловля, ведение мяча индивидуально и в паре, и стоя на месте, в шаге, в движении; | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 19 | Ок  тябрь | Оценивание передач мяча в парах. Совершенствование ведений. Строевые упражнения на перестроения. Игра «Салки». | положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений физкультурно-оздоровительной деятельности  Познавательные: ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности | | Ученик получит возможность научиться: понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.  Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. |  | | 20 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча на месте. Совершенствование ведений и передач мяча. Игра «Белые медведи». | -       интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности  Регулятивные: адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей  Познавательные: -       осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик научится: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 21 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча в ходьбе. Совершенствование передач и ведений в шаге. Игра «Белые медведи». | -       способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств; | Коммуникативные: во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партером и учитывая его реакцию на игру  Регулятивные: проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения  Познавательные: произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр; | | Ученик получит возможность научиться: выполнять упражнения.  Знать разученные игры. | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 22 | Ок  тябрь | Совершенствование строевых приемов. Различные передачи и ведения баскетбольного мяча. Игра «Воробьи-вороны». | эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах; | Коммуникативные: контролировать свои действия в коллективной работе  Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок  Познавательные: -       анализировать технику игры или выполнения упражнений, строя логичные рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей | | Ученик получит возможность научиться: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету на двух ногах, самостоятельно играть. | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 23 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведений мяча на месте и в ходьбе. Игра «Воробьи-вороны». | -установка на здоровый образ жизни | Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника  Регулятивные: различать способ и результат собственных и коллективных действий  Познавательные: осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, сам. играть | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 24 | Ок  тябрь | Совершенствование ведения мяча на месте и в ходьбе. Эстафеты с ведением баскетбольного мяча. | -основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта | Коммуникативные: разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде  Регулятивные: вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности  Познавательные: | | Ученик получит возможность научиться: **знать** с каких мышц начинать «Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп». | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач |  | | 25 | Ок  тябрь | Разучивание ОРУ с гимнастическими скакалками. Совершенствование баскетбольных приемов. Эстафеты с ведением баскетбольных мячей. | -       уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры; | Коммуникативные: отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию  Регулятивные: оценивать технику выполнения упражнения одноклассника, проводить анализ действий игроков во время игры  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик получит возможность научиться: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 26 | Ок  тябрь | Закрепление комплекса с гимнастическими скакалками. Передачи и ведения мяча в парах на месте и в движении. Эстафеты с набивными мячами. | -       представления о физической красоте человека через знакомство с физкультурно-оздоровительной деятельностью; | Коммуникативные: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии  Регулятивные: -       проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик научится: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 27 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведения мяча в эстафетах. Совершенствование комплекса с гимнастическими скакалками. Баскетбольные приемы. Эстафеты с набивными мячами. | -       формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений | Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера  Регулятивные: самостоятельно осваивать новые упражнения по схеме представленной учителем  Познавательные: -       характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья | | Ученик получит возможность научиться понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | Призенцова Лариса аватар |  | |  | **+4/—**  30 Июль 2013, 10:14Призенцова Лариса302 просмотра   * Для комментирования [войдите](http://www.edu54.ru/user/login?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) или [зарегистрируйтесь](http://www.edu54.ru/user/register?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) * 302 просмотра | |  | |  |  |  |  |  |  | | --- | | **Нашли ошибку? Выделите ее курсором мыши и нажмите комбинацию Ctrl+Enter.** | |  |  |  | | --- | --- | | [Рейтинг@Mail.ru](http://top.mail.ru/jump?from=18079) | Copyright © 1998-2014 «Областной центр информационных технологий» |  |  |  |  | | --- | --- | --- | |  |  |  |  * [Учитель](http://uchitel.edu54.ru/) * [Воспитатель](http://vospitatel.edu54.ru/)  |  | | --- | | **Нашли ошибку? Выделите ее курсором мыши и нажмите комбинацию Ctrl+Enter.** | |

|  |
| --- |
| Copyright © 1998-2014 «Областной центр информационных технологий» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

* [Учитель](http://uchitel.edu54.ru/)
* [Воспитатель](http://vospitatel.edu54.ru/)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 3кл  Физ-ра   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | №  п/п | Сроки | Тема | Планируемые результаты | | | | Деятельность обучающихся | Формы организации образовательного процесса.  Формы контроля. | | Личностные | Метапредметные | Предметные | | | Знания о физической культуре ( 1 ч ) | | | | | | | | | | 1 | Сен  тябрь | Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви. | • владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность    Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; | Ученик научится: понимать:  - значение и роль легкоатлетических упражнения на развитие выносливости, скоростных качеств | | Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия спортивными играми. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. |  | | Л е г к а я   а т л е т и к а (12 часов) | | | | | | | | | | 2 | Сен  тябрь | Правила безопасного поведения в местах занятия физической культурой. Обучение высокому старту. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения  Регулятивные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения  Познавательные: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры | | Ученик получит возможность научиться: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности. |  | | 3 | Сен  тябрь | Закрепление высокого старта. ОРУ беговые. Строевые упражнения: повороты на месте, элементы 2 класса. Круговая эстафета. Бег 2мин. | способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении | Коммуникативные: организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды  «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На первый второй рассчитайся!». |  | | 4 | Сен  тябрь | Совершенствование высокого старта. Беговые упражнения. Строевые упражнения. Круговая эстафета. Бег 2мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: оказание посильной помощи и моральной поддержкам  сверстникам при выполнении учебных заданий | | Ученик научится: , бегать в равномерном темпе до 4 минут; стартовать из различных исходных положений | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 5 | Сен  тябрь | Обучение прыжка в длину с разбега. Совершенствование беговых упражнений и высокого старта. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям | Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований  Регулятивные: планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения  Познавательные: в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять | | Ученик получит возможность научиться: отталкиваться и приземляться на ноги в яму для прыжков после быстрого разбега с 7-9 шагов | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 6 | Сен  тябрь | Оценивание результата в беге на 30м. Обучение метанию мяча на дальность с места. Закрепление прыжка в длину с разбега. Совершенствование старта и прыжковых упражнений. «Салки» в различных вариантах. Бег 3мин. | владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой | Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке    Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме | | Ученик получит возможность научиться: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 7 | Сен  тябрь | Оценивание высокого старта и прыжка в длину с места. Закрепление метания мяча с места. Совершенствование прыжка в длину с разбега. ОРУ прыжковые упражнения. Игра «Салки». Бег 3 мин. | владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание | Коммуникативные: Умение слушать и понимать других  Регулятивные: организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий  Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе | | Ученик научится: преодолевать с помощью бега и прыжков полосу из 3-5 препятствий, метать небольшие предметы и мячи массой до 150гр на дальность с места и с 1-3 шагов разбега из разных исходных положений правой и левой рукой | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 8 | Сен  тябрь | Оценивание прыжков в высоту с места. Разучивание метания мяча в цель с 6м. Совершенствование прыжка в длину с разбега и метания мяча на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. | Коммуникативные: Формирование умения составления комплексов упражнений  Регулятивные: обеспечивать защиту и сохранность природы во время занятий физической культурой  Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы | | Ученик получит возможность научиться: метать малым мячом в цель на расстоянии 10(7) метров | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 9 | Сен  тябрь | Оценивание челночного бега 3х10м. Совершенствование метания мяча в цель и на дальность. Прыжки в длину с разбега. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях | Коммуникативные: Формирование навыков контролировать свое физическое состояние  Регулятивные: находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках, метании | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | 10 | Сен  тябрь | Оценивание прыжка в длину с разбега. Совершенствование метаний мяча в цель и на дальность. Прыжковые упражнения. Игра «Белые медведи». Бег 4мин. | владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности | Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,..)    Регулятивные: оценивание величины  физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений  Познавательные: Осознание важности физического развития. | | Ученик научится: выполнять прыжок в длину с места, разбега | Осваивать технику прыжковых упражнений.                       Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.                                       Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |  | | 11 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча на дальность с места и наклоны вперед сидя на полу. Разучивание комплекса типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5 мин. | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру  Регулятивные: освоят правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий  Познавательные: Осмысление правил игры. | | Ученик научится: метанию  мяча на дальность с места и наклонам  вперед сидя на полу. | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 12 | Сен  тябрь | Оценивание метания мяча в цель с 6м. Закрепление ОРУ типа зарядки. Игра «Воробьи-вороны». Бег 5мин. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе  Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации. | | Ученик научится: метанию  мяча в цель с 6м | Осваивать технику метания малого мяча.                 Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.                                    Проявлять качества силы, быстроты,  и координации при метании малого мяча. |  | | 13 | Ок  тябрь | Оценивание результата в беге на 1000м и подтягивания на перекладине. Совершенствование комплекса зарядки. Игра «Воробьи-вороны». | умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. | Коммуникативные: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность  Регулятивные: овладение всеми типами учебных действий, направленных на организацию своей работы  Познавательные: Анализ игровой ситуации. | | Ученик научится: стартовать с высокого старта, подтягиваться  на перекладине, | Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.                        Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.                        Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |  | | Спортивные и подвижные игры (15 часов) | | | | | | | | | | 14 | Ок  тябрь | Разучивание передач мяча в парах. Круговая эстафета. | владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. | Коммуникативные: Умение организовать и провести игру.  Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу, в том числе задачи, поставленные на урок и задачи по освоению двигательных действий  Познавательные: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы | | Ученик научится:  играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; владеть мячом; | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности |  | | 15 | Ок  тябрь | Разучивание ведения мяча на месте. Закрепление передач мяча в парах. Круговая эстафета. | активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения в оздоровительных формах занятий.    Регулятивные: принимать технологию или методику обучения и воспитания физических качеств указанную учителем, в учебном процессе  Познавательные: использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки | | Ученик получит возможность научиться: правилам безопасного поведения при  подвижных играх | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 16 | Ок  тябрь | Оценивание ОРУ типа зарядки. Разучивание ведения мяча в ходьбе. Закрепление ведения мяча на месте. Круговая эстафета. | проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; | Коммуникативные: Формирование умения выбирать упражнения для развития физических качеств.    Регулятивные: принимать и учитывать методические указания учителя в процессе повторения ранее изученных движений и в процессе изучения нового материала  Познавательные: осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик получит возможность научиться: играть в подвижные игры с бегом,  прыжками, метаниями | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр.                               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности во время подвижных игр |  | | 17 | Ок  тябрь | Совершенствование передач мяча в парах и ведение мяча на месте. Закрепление ведение мяча в ходьбе. Игра «Салки». | проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; | Коммуникативные: Умение самостоятельно выполнять упражнения дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз  Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия её реализации      Познавательные: строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: держание передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм. | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 18 | Ок  тябрь | Совершенствование баскетбольных приемов. Разучивание перестроение из одной шеренги в две. Игра «Салки». | оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов | Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру.    Регулятивные: оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивно-оздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности  Познавательные: устанавливать причинно-следственные связи различных подготовительных упражнений с оздоровительными задачами | | Ученик получит возможность научиться: -владеть мячом: держание, передача, ловля, ведение мяча индивидуально и в паре, и стоя на месте, в шаге, в движении; | Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.              Проявлять   быстроту и ловкость во время подвижных игр. |  | | 19 | Ок  тябрь | Оценивание передач мяча в парах. Совершенствование ведений. Строевые упражнения на перестроения. Игра «Салки». | положительное отношение к занятиям физкультурой, интерес к отдельным видам спортивно-оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах  (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.    Регулятивные: осуществлять контроль за техникой выполнения упражнений физкультурно-оздоровительной деятельности  Познавательные: ориентироваться в разнообразии подготовительных упражнений для разных видов физкультурно-оздоровительной деятельности | | Ученик получит возможность научиться: понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.  Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. |  | | 20 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча на месте. Совершенствование ведений и передач мяча. Игра «Белые медведи». | -       интерес к различным видам физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности; | Коммуникативные: следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности  Регулятивные: адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей  Познавательные: -       осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений | | Ученик научится: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 21 | Ок  тябрь | Оценивание ведения мяча в ходьбе. Совершенствование передач и ведений в шаге. Игра «Белые медведи». | -       способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физкультурной деятельности посредством определения уровня развития физических качеств; | Коммуникативные: во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партером и учитывая его реакцию на игру  Регулятивные: проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения  Познавательные: произвольно и осознанно владеть общими приёмами для решения задач в процессе подвижных игр; | | Ученик получит возможность научиться: выполнять упражнения.  Знать разученные игры. | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 22 | Ок  тябрь | Совершенствование строевых приемов. Различные передачи и ведения баскетбольного мяча. Игра «Воробьи-вороны». | эмоциональное восприятие образа Родины, представление о ее героях-спортсменах; | Коммуникативные: контролировать свои действия в коллективной работе  Регулятивные: вносить необходимые коррективы в действие, учитывая характер сделанных ошибок  Познавательные: -       анализировать технику игры или выполнения упражнений, строя логичные рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей | | Ученик получит возможность научиться: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету на двух ногах, самостоятельно играть. | Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. |  | | 23 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведений мяча на месте и в ходьбе. Игра «Воробьи-вороны». | -установка на здоровый образ жизни | Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника  Регулятивные: различать способ и результат собственных и коллективных действий  Познавательные: осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений | | Ученик научится: выполнять  общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, сам. играть | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | 24 | Ок  тябрь | Совершенствование ведения мяча на месте и в ходьбе. Эстафеты с ведением баскетбольного мяча. | -основа для развития чувства прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта | Коммуникативные: разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде  Регулятивные: вместе с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности  Познавательные: | | Ученик получит возможность научиться: **знать** с каких мышц начинать «Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп». | Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач |  | | 25 | Ок  тябрь | Разучивание ОРУ с гимнастическими скакалками. Совершенствование баскетбольных приемов. Эстафеты с ведением баскетбольных мячей. | -       уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры; | Коммуникативные: отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию  Регулятивные: оценивать технику выполнения упражнения одноклассника, проводить анализ действий игроков во время игры  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик получит возможность научиться: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 26 | Ок  тябрь | Закрепление комплекса с гимнастическими скакалками. Передачи и ведения мяча в парах на месте и в движении. Эстафеты с набивными мячами. | -       представления о физической красоте человека через знакомство с физкультурно-оздоровительной деятельностью; | Коммуникативные: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии  Регулятивные: -       проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий  Познавательные: -       выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью | | Ученик научится: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. | Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать    в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.       Осваивать  универсальные   умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.               Соблюдать дисциплину  и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. |  | | 27 | Ок  тябрь | Совершенствование передач и ведения мяча в эстафетах. Совершенствование комплекса с гимнастическими скакалками. Баскетбольные приемы. Эстафеты с набивными мячами. | -       формирование эстетических идеалов, чувства прекрасного; умения видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений | Коммуникативные: использовать речь для регуляции своего действия, и действий партнера  Регулятивные: самостоятельно осваивать новые упражнения по схеме представленной учителем  Познавательные: -       характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья | | Ученик получит возможность научиться понимать:  влияние подвижных игр на развитие скоростно- силовых качеств;  - влияние подвижных игр на воспитание  коллективистских и нравственных качеств  личности;  - влияние подвижных игр на воспитание волевых качеств личности | Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. |  | | Призенцова Лариса аватар |  | |  | **+4/—**  30 Июль 2013, 10:14Призенцова Лариса302 просмотра   * Для комментирования [войдите](http://www.edu54.ru/user/login?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) или [зарегистрируйтесь](http://www.edu54.ru/user/register?destination=comment%2Freply%2F261111%23comment-form) * 302 просмотра | |  | |  |  |  |  |  |  | | --- | | **Нашли ошибку? Выделите ее курсором мыши и нажмите комбинацию Ctrl+Enter.** | |

|  |  |
| --- | --- |
| [Рейтинг@Mail.ru](http://top.mail.ru/jump?from=18079) | Copyright © 1998-2014 «Областной центр информационных технологий» |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

* [Учитель](http://uchitel.edu54.ru/)
* [Воспитатель](http://vospitatel.edu54.ru/)