Муниципальное образование «Родионово-Несветайский район»

Сл. Барило-Крепинская

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

 Родионово-Несветайского района

«Барило-Крепинская средняя общеобразовательная школа»

(МБОУ «Барило-Крепинская СОШ»)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Согласовано»**Руководитель РМО Овечко Т. В.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ подписьПротокол № \_\_\_\_\_\_\_ от « » августа 2015г. | **Рассмотрено и рекомендовано** **к утверждению педагогическим** **советом**Протокол № \_\_\_\_\_от «\_\_\_» августа 2015 г.  | **«Утверждено»**Приказ №\_\_\_\_\_\_ от «\_\_\_» августа 2015 г.Директор Астапенко С. А.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ подпись |

**Рабочая программа**

по **физической культуре**

Уровень общего образования (класс): начальное общее 3 класс

Количество часов: 105 ч

Учитель: Овечко Т. В.

Программа разработана на основе: программы «Физическая культура» Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е (Сборник программ «Образовательная система «Школа 2100»/ Под науч. ред. Д.И.Фельдштейна. Изд. 2-е, доп. - М.: Баласс, 2011г)

1. **Пояснительная записка**

**Основными нормативными документами, определяющими содержание и структуру рабочей программы по физической культуре являются:**

* Федеральный закон от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования,
* Примерная программа начального общего образования
* Письмо директора Департамента государственной политики в сфере образования № 08-548 от 29.04.2014 «О праве в течение 5 лет использовать в образовательной деятельности учебники из федерального перечня учебников, утверждённого приказом Министерства образования №253 от 31.03.2013»
* Авторская программа «Физическая культура» Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е (Сборник программ «Образовательная система «Школа 2100»/ Под науч. ред. Д.И.Фельдштейна. Изд. 2-е, доп. - М.: Баласс, 2011г).,
* ООП НОО МБОУ «Барило-Крепинская СОШ»,
* Учебный план и годовой календарный график МБОУ «Барило-Крепинская СОШ» на 2015-2016 учебный год,
* Положение о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МБОУ «Барило-Крепинская СОШ»,

с учетом возрастных и психологических особенностей младших школьников, возможностей и климатических условий региона.

Программа направлена на реализацию **цели**  - гармоничное развитие учащихся, формирование высокого уровня личной физической культуры школьника как элемента здорового, активного образа жизни.

Реализация данной цели связана с ре­шением следующих образовательных **задач:**

***Оздоровительная задача***

• Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуактуальное, эмоциональное, социальное), офизической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

1. Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
2. Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

***Образовательная задача***

1. Создание «школы движений», включающей формиро­вание и совершенствование жизненно важных умений и на­выков;
2. Развитие двигательных (кондиционных и координаци­онных) способностей;
3. Приобретение школьниками знаний в области физиче­ской культуры, необходимых для самостоятельных заня­тий физическими упражнениями, сознательного использо­вания их в повседневной жизни;
4. Формирование у обучающихся универсальных компе­тенций.

***Воспитательная задача***

1. Формирование у школьников устойчивого интереса к физической культуре, осознанной потребности в каждо­дневных занятиях физическими упражнениями и спортом;
2. Содействие гармоничному развитию личности школь­ника, включая воспитание духовных, эстетических и воле­вых личностных качеств;

Формирование мотивации успеха и достижений, само­реализации на основе организации занятий физической культурой и спортом.

1. **Общая характеристика учебного материала**

Предметом обучения физической культуры является двигательная деятельность младшего школьника с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность, которые не­обходимыми для применения к самым различным сторонам жизни и деятельности человека.

Для решения таких глобальных задач, как формирование здорового образа жизни и развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, используются учебники «Физическая культура», которые позволяют учащимся работать самостоятельно и совместно с родителями. Кроме того, для решения этих задач учебники «Физическая культура» реализуют деятельностный подход в соответствии с требованиями ФГОС через ряд деятельностно-ориентированных принципов, а именно:

а) Принцип обучения деятельности. Учебники «Физическая культура» опираются на технологию проблемного диалога. В соответствии с этой технологией ученики на уроке участвуют в совместном открытии знаний на основе сформулированной самими учениками цели урока. У детей развиваются умения ставить цель своей деятельности, планировать работу по её осуществлению и оценивать итоги достижения в соответствии с планом.

б) Принципы управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации и от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности. В учебниках предусмотрена система работы учителя и класса по развитию умений в решении проблем. На первых порах совместно с учителем ученики выполняют репродуктивные задания, позволяю- щие им понять тему, затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют применить полученные знания в новой ситуации. Наконец, в конце изучения тем ребята решают жизненные задачи (имитирующие ситуации из жизни) и участвуют в работе над проектами. Таким образом, осуществляется переход от чисто предметных заданий к заданиям, нацеленным прежде всего на формирование универсальных учебных действий.

ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельностного подхода. В учебниках

«Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, нацеленным на технологию проблемного диалога.

**Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира  частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности  любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** какпервой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества**  осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

1. **Описание места учебного предмета в учебном плане**

В соответствии с региональным базисным учебным планом на предмет «Физическая культура» в 3 классе отводится три часа в неделю. Согласно действующему в МБОУ «Барило-Крепинская СОШ» расписанию на 2014-2015 уч. год общий объём учебного времени составляет 105ч.

1. **Содержание учебного материала**

**Формы организации учебного процесса**

 Программа предусматривает проведение традиционных уроков, уроков-зачётов.

 Используется групповая, индивидуальная работа, работа в парах.

 Учащиеся учатся *сотрудничать* при выполнении заданий в паре и в группе (подвижные игры); *контролировать* свою и чужую деятельность, осуществлять пошаговый и итоговый контроль, используя разнообразные приёмы.

 В ходе прохождения программы обучающиеся посещают урочные занятия, занимаются внеурочной деятельностью (кружки, секции).

**Технологии обучения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Название | Цель  | Сущность  |
| Дифференциальное обучение | Создание оптимальных условий для выявление задатков, развития интересов и способностей | Усвоение программного материала на различных планируемых уровнях, но не ниже обязательного (стандарт) |
| Активное обучение | Организация активности обучаемых | Моделирование предметного и социального содержания учебной деятельности  |
| Игровое обучение | Обеспечение личностно-деятельного характера усвоение знаний, навыков, умения | Самостоятельная познавательная деятельность, направленная на поиск, обработку, усвоение учебной информации |

**Основные виды учебной деятельности**

Выполнение утренней зарядки и гимнастики под музыку; проведение закаливающих процедур; выполнение упражнений, развивающих быстроту и равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча. Подвижные игры и занятия физическими упражнениями во время прогулок. Измерение длины и массы тела.

1. **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Личностные**

*У учащихся* *будут сформированы:*

* положительное отношение к урокам физической куль­туры;
* понимание значения физической культуры для укрепленья здоровья человека;
* мотивация к выполнению закаливающих процедур.

*Учащиеся получат возможность для формирования:*

* познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры;
* положительной мотивации к изучению различных приёмов и способов;
* уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

**Предметные**

*Учащиеся научатся:*

* выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
* рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физическом развитии человека;
* называть меры по профилактике нарушений осанки;
* определять способы закаливания;
* определять влияние занятий физической культуры на воспитание характера человека;
* выполнять строевые упражнения;
* выполнять различные виды ходьбы;
* выполнять различные виды бега;
* выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180*°;*
* прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
* метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
* выполнять кувырок вперед;
* выполнять стойку на лопатках;
* лазить по гимнастической стенке и по наклонной ска­мейке;
* перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
* выполнять танцевальные шаги;
* играть в подвижные игры;
* выполнять элементы спортивных игр.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

* понимать влияние физических упражнений на физиче­ское развитие человека;
* рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;
* определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы уп­ражнений, направленных на развитие определённых фи­зических качеств;
* выполнять упражнения, направленные на профилакти­ку нарушений осанки;
* организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

**Метапредметные**

**Регулятивные**

*Учащиеся научатся:*

* понимать цель выполняемых действий;
* выполнять действия, руководствуясь инструкцией учи­теля;
* адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении фи­зических упражнений;
* анализировать результаты выполненных заданий по за­данным критериям (под руководством учителя);
* вносить коррективы в свою работу.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

* продумывать последовательность упражнений, состав­лять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
* объяснять, какие технические приёмы были использова­ны при выполнении задания;
* самостоятельно выполнять комплексы упражнений, на­правленные на развитие физических качеств;
* координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
* организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

**Познавательные**

*Учащиеся научатся:*

* осуществлять поиск необходимой информации для вы­полнения учебных заданий, используя справочные мате­риалы учебника;
* различать, группировать подвижные и спортивные игры;
* характеризовать основные физические качества;
* группировать игры по видам спорта;
* устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

* осуществлять поиск необходимой информации, исполь­зуя различные справочные материалы;
* свободно ориентироваться в книге, используя информа­цию форзацев, оглавления, справочного бюро;
* сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
* устанавливать взаимосвязь между занятиями физиче­ской культурой и воспитанием характера человека

 **Коммуникативные**

*Учащиеся научатся:*

* рассказывать об истории Олимпийских игр и спортив­ных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
* высказывать собственное мнение о влиянии занятий фи­зической культурой на воспитание характера человека;
* договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

* выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
* задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
* понимать действия партнёра в игровой ситуации.

**Используемые формы и методы проверки и оценки результатов обучения**

**Способы (методы) контроля:**

* устные
* практические

**Формы контроля:**

* игры
* сдача нормативов

Проверка нормативов проводится в течение учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения.

**Критерии и нормы оценки знаний и умений обучающихся**

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

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

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

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

* старт не из требуемого положения;
* отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
* бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
* несинхронность выполнения упражнения.

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

**Характеристика цифровой оценки (отметки)**

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

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

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

***Оценка «2»*** выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

**Итоговый контроль**

По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала и выполнения учебных нормативов по видам двигательной деятельности.

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.

**Проведение зачётно-тестовых уроков**

**КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ**: проверка нормативов проводится в течении учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Нормативы; испытания.** |  | **3 класс** |
| **"5"** | **"4"** | **"3"** |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | м | 5,1 | 6,7 | 6,8 |
| д | 5,3 | 6,9 | 7,0 |
| 2 | Бег 1000 м (мин,сек.) | м | + | + | + |
| д | + | + | + |
| 3 | Челночный бег 3х10 м (сек.) | м | 8.8 | 9.9 | 10.2 |
| д | 9.3 | 10.3 | 10.8 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4 | Прыжок в длину с места (см) | м | 175 | 130 | 120 |
| д | 160 | 135 | 110 |
| 5 | Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см) | м | 85 | 80 | 75 |
| д | 75 | 70 | 65 |
| 6 | Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.) | м | 80 | 70 | 60 |
| д | 90 | 80 | 70 |
| 7 | Бег 60 м. (сек.). | м | 13 | 10 | 7 |
| д | 10 | 7 | 5 |
| 8 | Подтягивания (кол-во раз) | м | 5 | 3 | 1 |
| 9 | Метание т/м (м) | м | 18 | 15 | 12 |
| д | 15 | 12 | 10 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин) | м | 25 | 23 | 21 |
| д | 30 | 28 | 26 |
| 11 | Приседания (кол-во раз/мин) | м | 42 | 40 | 38 |
| д | 40 | 38 | 36 |
| 12 | Многоскоки- 8 прыжков м. | м | 13 | 11 | 9 |
| **д** | **13** | **11** | **9** |
| **13** | **Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз).** | **м** | **6** | **4** | **2** |
| **д** | **5** | **3** | **1** |

ТЕСТОВЫЕ НОРМАТИВЫ: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках (см. таблицу)

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Характеристика основных видов деятельности** |
| **Первая часть (68 ч.)** |
| **Знания о физической культуре** |
| **Физическая культура** | 1 | Самоконтроль во время занятий физической культурой.Туризм. Первая помощь.Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. |
| **Из истории физической культуры** | 1 | История спорта и физической культуры через историю семьи. |
| **Физические упражнения** | 1 | Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Физическая нагрузка. |
| **Способы физкультурной деятельности** |
| **Самостоятельные занятия** | 1 | Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня. |
| **Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью** | 1 | Составление сравнительной таблицы (1–2–3 класс) с основными физиологическими показателями (рост, вес, объём груди, окружность головы и др.). |
| **Самостоятельные игры и развлечения** | 1 | Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре. |
| **Физическое совершенствование** |
| **Физкультурно- оздоровительная деятельность** | 2 | Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз. |
| **Спортивно-оздоровительная деятельность (62 ч.)** |
| **Гимнастика** 16**с основами акробатики** |
| Акробатика.Строевые упражнения  | 6 ч. | Размыкание и смыкание приставными шагами. Выполнение команд «Шире шаг!»,«Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. Кувырок вперёд, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. 2– 3 кувырка вперёд. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. ОРУ. Подвижные игры. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ. |
| Висы.Строевые упражнения  | 6 ч | Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижные игры. Развитие силовых способностей. |
| Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии | 6 ч | Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Подвижные игры. Развитие координационных способностей. |
| **Лёгкая атлетика 11** |
| Ходьба и бег  | 4 | Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м). Бег на результат (30 м, 60 м). Подвижные игры. Развитие скоростных способностей. |
| Прыжки  | 4 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Многоскоки. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых качеств. |
| Метание мяча  | 3 | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Метание набивного мяча. Метание набивного мяча вперёд-вверх на дальность и на заданное расстояние. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых качеств. |
| **Игры на свежем воздухе 12** |
| Игры и эстафеты с использованием санок | 12 | Передвижение на санках разными способами. Повороты; спуски; подъёмы; торможение. ТБ. Развитие координационных способностей. Подвижные игры. Соревнования. |
| Подвижные игры | 21 |  |
| Спортивные игры  | 17 | ОРУ с обручами. ОРУ в движении. ОРУ с мячами. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты. Эстафеты с мячами. Эстафеты с обручами. Эстафеты с гимнастическими палками. Развитие скоростно- силовых способностей. |
| **Вторая часть (34 ч.)** |
| **Подвижные игры с элементами спорта (24 ч.)** |
| – подвижные игры на основе баскетбола– подвижные игры на основе мини-футбола– подвижные игры на основе бадминтона– подвижные игры на основе настольного тенниса– подвижные игры и национальные виды спорта народов России | 24 | Игры определяются учителем исходя из материально-технических условий и кадровых возможностей школы. Возможные варианты: подвижные игры на основе баскетбола, подвижные игры на основе мини-футбола, подвижные игры на основе бадминтона, подвижные игры на основе настольного тенниса, подвижные игры и национальные виды спорта народов России, плавание, по выбору учителя с учётом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся. |
| **Подготовка и проведение соревновательных мероприятий (10 ч.)** |
| Подготовка и проведение соревновательных мероприятий | 10 | Развитие сообразительности, ловкости, быстроты реакции, чувства товарищества, ответственности, активности каждого ребёнка. Подвижные игры и мероприятия соревновательного характера носят, прежде всего, воспитательный характер и помогают учащимся закрепить знания и умения, полученные на уроках по физической культуре. |

**VII .КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Тема****урока** | **Характеристика деятельности**  | **Планируемые результаты** | **Дата проведения** |
| **предметные** | **метапредметные** | **план** | **факт** |
| Познавательны е УУД | Коммуникатив ные УУД | Регулятивные УУД |
| **1.** | Инструктаж по охране труда. |  Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а. «Понятие об утомлении и переутомлении». Двигательный режим школьника. | Знать требования инструкций. | Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. | Эффективно сотрудничать со сверстниками,оказывать поддержку друг другу.  | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 2.09 |  |
| **2** |  Развитие скоростных способностей.  |  Комплекс ОРУ. СУ.. Бег с ускорением (20 – 30 м) – 2 -3 раза в чередовании со спокойным бегом. Старты из различных И. П. до 3- - 40 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10– 15 с.). П/ игра – «Вороны и воробьи». | Уметь демонстрировать темп бега | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодейст-вие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 3.09 |  |
| **3** | Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон | Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (20 – 30 м) – 2 -3 раза в чередовании со спокойным бегом. Старты из различных И. П. до 3- - 40 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10– 15 с.). П/ игра – «Вороны и воробьи». | Уметь демонстрировать темп бега | Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость | Осуществлять продуктивное взаимодейст-вие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 4.09 |  |
| **4** | Высокий старт. |  ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости. Бег со старта в гору 2 -3 х до 20 метров. П/игра «Перемена мест». | Уметь демонстрировать технику высокого старта | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодейст-вие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролиро-вать действия друг друга, уметь договариваться | 9.09 |  |
| **5** | Высокий старт с пробеганием | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости. Бег со старта в гору 2 -3 х до 20 метров. П/игра «Перемена мест». | Уметь демонстрировать технику высокого старта | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Эффективно сотрудничать со сверстниками,оказывать поддержку друг другу. | Способность строить учебно-познаватель-ную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз,средства, контроль,оценка). | 10.09 |  |
| **6** | Развитие координационных способностей. Эстафеты. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 серии по 20 – 30 метров. Бег до 60 метров. Эстафеты, встречная эстафета – расстояние от 30 – 40 метров. | Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.  | Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Эффективно сотрудничать со сверстниками,оказывать поддержку друг другу. | 11.09 |  |
| **7** | Развитие координационных способностей. Эстафеты.Бег до 60 метров.  | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 серии по 20 – 30 метров. Эстафеты, встречная эстафета – расстояние от 30 – 40 метров. | Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.  | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 16.09 |  |
| **8** | Развитие скоростных способностей. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег до 40 метров. Бег 30 метров – на результат. П/игра: «Перемена мест» | Выполнять различные виды бега | Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | 17.09 |  |
| **9** | Развитие скоростной выносливости | ОРУ в движении. СУ. Бег от 200 до 800 м. П/игра «При повторении – беги».  | Уметь демонстри-ровать скоростную выносли-вость | Знать правила подвижной игры.Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Эффективно сотрудничать со сверстниками,оказывать поддержку друг другу. | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 18.09 |  |
| **10** | Развитие скоростной выносливостиСпециальные беговые упр. | ОРУ в движении. СУ. Бег от 200 до 800 м. П/игра «При повторении – беги». | Уметь демонстрировать скоростную выносли-вость | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 23.09 |  |
| **11** | Развитие скоростно-силовых способностей. | ОРУ с теннисным мячом комплекс. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски в стену (щит) большого и малого мячей одной и обеими руками на дальность отскока с расстояния 3 – 6 м из различных И. П. с места и после разбега. Метание в горизонтальную и вертикальную цель (1,5 х 1,5 м) с расстояния 5 – 6 метров. П/и «Делай наоборот» | Уметь метать теннисный мяч в вертикаль-ную и горизонтальную цель с 4 м | Знать правила подвижной игры.Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Выполнять совместную деятельность, распределять роли.  | 24.09 |  |
| **12** | Развитие координацион-ных способностей.  | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Челночный бег – на результат. Метание теннисного мяча с места, из положения стоя боком в направлении метания, на точность, дальность, заданное расстояние. | Уметь метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться | 25.09 |  |
| **13** | Метание мяча на дальность. | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – на результат.  | Уметь метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м  | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 30.09 |  |
| **14.** | Развитие силовых способностей и прыгучести. |  Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки на заданную длину по ориентирам. Прыжки в длину с места – на результат.  | Уметь демонстрировать технику прыжка в длину с места. | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодейст-вие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 01.10 |  |
| **15.** | Прыжок в длину с разбега. | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Прыжки на расстояние 60 – 110 см в полосу приземления шириной 30 см; Прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега (согнув ноги). Гладкий бег по стадиону 6 минут – на результат.  | Уметь выполнять прыжок в длину с разбега. | Знать правила подвижной игры. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 02.10 |  |
| **16.** | Прыжок в длину с разбега. | ОРУ. Специальные беговые упражнения. СУ. Медленный бег с изменением направления по сигналу. Прыжки в длину с разбега – на результат. П/И | Уметь выполнять прыжок в длину с разбега. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли | 07.10 |  |
| **17** | Развитие выносливости. | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение (бег в черодовании с ходьбой) до 2000метров. П/И | Выполнять различные виды бега | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 08.10 |  |
| **18** | Развитие выносливости.Смешанное передвижение  | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Многоскоки.  | Выполнять различные виды бега | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 9.10 |  |
| **19** | Развитие силовой выносливости | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием. Бег 1000 метров без учета времени | Тестирование бега на 1000 метров. | Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 14.10 |  |
| **20** | Преодоление препятствий | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения, перешагиванием и прыжком в шаге. П/и  | Выполнять различные виды бега | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | 15.10 |  |
| **21** | Преодоление препятствий наступанием, перешагиванием и прыжком в шаге. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий наступанием, перешагиванием и прыжком в шаге. П/и | Выполнять различные виды бега | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 16.10 |  |
| **22** | Переменный бег | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многогскоки. Переменный бег – 5 минут.  | Выполнять различные виды бега | Знать упражнения для формирования правильной осанки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 21.10 |  |
| **23** | Переменный бег Специальные беговые упражнения | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многогскоки. Переменный бег – 5 минут. | Выполнять различные виды бега | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 22.10 |  |
| **24** | Гладкий бегОсновы знаний | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег до 8 минут по стадиону. «История отечественного спорта». | Демонстрировать технику гладкого бега по стадиону.  | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 23.10 |  |
| **25** |  Гладкий бег | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег до 8 минут по стадиону.  | Демонстрировать технику гладкого бега. | Характеристика основных физических качеств. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата | 28.10 |  |
| **26** | Кроссовая подготовка | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 10 минут по слабопересеченной местности.  | Выполнять различные виды бега | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 29.10 |  |
| **27** | Стойки и передвижения, повороты, остановки. | Инструктаж по баскетболу. СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами в сторону, вперед, назад; остановка в два шага во время бега (без мяча и с ведением мяча); повороты без мяча и с мячом. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол.  | Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвиже-ний (перемеще-ния в стойке, остановка, повороты) | Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | 30.10 |  |
| **28** | Стойки и передвижения, повороты, остановки.Развитие координационных способностей.  | Правила игры в баскетбол.Инструктаж по баскетболу. СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами в сторону, вперед, назад; остановка в два шага во время бега (без мяча и с ведением мяча); повороты без мяча и с мячом.  | Уметь выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвиже-ний (перемещения в стойке, остановка, повороты) | Физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | 11.11 |  |
| **29** | Ловля и передача мяча. | Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (премещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки. П/и «Мяч – ловцу». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 12.11 |  |
| **30** | Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах на месте | Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (премещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки. П/и «Мяч – ловцу». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 13.11 |  |
| **31** | Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах в движении.  | Комплекс упражнений в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений (премещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди в парах; а) на месте; б) в движении. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки. П/и «Мяч – ловцу». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 18.11 |  |
| **32** | Ведение мячав низкой, средней и высокой стойке | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу» | Корректировка движений при ловле и передаче мяча. | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстниками.Умение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 19.11 |  |
| **33** | Ведение мячаправой и левой рукой шагом и бегом по прямой. | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу». | Корректировка движений при ловле и передаче мяча. | Знать правила подвижной игры.Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики. | Потребность в общении с учителем и сверстникамиУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 20.11 |  |
| **34** | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой с изменением направления движения и скорости.  | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке правой и левой рукой; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Гонка мячей по кругу». | Корректировка движений при ловле и передаче мяча | Знать правила техники безопасности | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 25.11 |  |
| **35** | Бросок мяча  | ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении а) после ведения; б) после ловли. Подвижная игра «Борьба за мяч».  | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча  | Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы**.** | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 26.11 |  |
| **36** | Бросок мячаодной и двумя руками в движении после ведения. | ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении а) после ведения; б) после ловли. Подвижная игра «Борьба за мяч». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 27.11 |  |
| **37** | Бросок мячаодной и двумя руками в движении после ловли | ОРУ с мячом. СУ. Варианты ловли и передачи мяча. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении а) после ведения; б) после ловли. Подвижная игра «Борьба за мяч». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 02.12 |  |
| **38** | Развитие ловкости. Ловля и передача | ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок в щит. П/И « Овладей мячом». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища. | Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 03.12 |  |
| **39** | Развитие ловкости.Ведения мяча | ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок в щит. П/И « Овладей мячом». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать о правилах поведения и техники безопасности | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 04.12 |  |
| **40** | Развитие ловкости в ловле и передаче мяча | ОРУ с мячом. СУ. Специальные беговые упражнения. Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок в щит. П/И « Овладей мячом». | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча | Знать упражнения на формирования правильной осанки. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 09.12 |  |
| **41** | Игровые заданиядля рук и плечевого пояса. | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Игровые задания | Уметь применять в игре защитные действия | Какой должна быть правильная осанка. Определение формы осанки. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 10.12 |  |
| **42** | Игры с челночным бегом и ведением мяча | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Игровые задания. | Уметь применять в игре защитные действия | Составление комплекса утренней зарядки | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 11.12 |  |
| **43** | Игры в парах с передачей мяча. | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Игровые задания. | Уметь применять в игре защитные действия | Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 16.12 |  |
| **44** | Игры в парах с передачей мяча. | Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. Челночный бег с ведением и без ведения мяча. В парах передача мяча. Игровые задания. | Уметь владеть мячом в игре баскетбол.  | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодейст-вие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 17.12 |  |
| **45** | Игры в парах с передачей мяча. | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Умение аргументиро-вать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 18.12 |  |
| **46** | Развитие кондиционных способностей | ОРУ. СУ. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах. | Уметь прыгать через скакалку на одной и двух ногах | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Умение аргументиро-вать необходимость выполнения двигательных действий | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 23.12 |  |
| **47** | Развитие координацион-ных способностей | ОРУ. СУ. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах. | Уметь прыгать через скакалку на одной и двух ногах | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 24.12 |  |
| **48** | Техника безопасности при занятиях на санках | Посадка и перенос массы тела.Ознакомление со спуском. | Знать ТБ при катании на санках | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 25.12 |  |
| **49** | Подъемы и спуски с небольших склонов. Торможение. | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь согласованно работать руками и ногами при спуске на санках | Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 13.01 |  |
| **50** | Подъемы и спуски с небольших склонов. Торможение. | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь владеть техникой спуска  | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 14.01 |  |
| **51** | Эстафеты сиспользованием санок | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь играть в подвижные игры | Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 15.01 |  |
| **52** | Соревнования с использованием санок | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь играть в подвижные игры | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 20.01 |  |
| **53** | Подвижные игры с использова-нием санок | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь играть в подвижные игры | Правила проведение подвижных игр во время прогулок в зимнее время. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 21.01 |   |
| **54** | Подвижные игры с использова-нием санок | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь играть в подвижные игры | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 22.01 |  |
| **55** | Подвижные игры с использова-нием санок | Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов. | Уметь играть в подвижные игры | Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 27.01 |  |
| **56** | Развитие выносливости | Комплекс ОРУ № 3 – на осанку. |  | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 28.01 |  |
| **57** | Танцевальные упражнения.*Физические упражнения и их влияние на физическое развитие* | Разучивание элементарных танцевальных шагов | Уметь выполнять танцеваль-ные шаги | Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.Значение закаливания для укрепления здоровья. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 29.01 |  |
| **58** | Танцевальные упражнения.*Физические упражнения и их влияние на физическое развитие.* | Разучивание элементарных танцевальных шагов | Уметь выполнять танцеваль-ные шаги | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 03.02 |  |
| **59** | Танцевальные упражнения.*Физические упражнения и их влияние на физическое развитие.* | Разучивание элементарных танцевальных шагов | Уметь выполнять танцеваль-ные шаги | Анализировать результаты двигательной активности;фиксировать её результаты | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 04.02 |  |
| **60** | Строевая подготовка. Основы знаний |  | Уметь выполнять строевые упражнения | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 05.02 |  |
| **61** | Строевая подготовка. Основы знаний |  | Уметь выполнять строевые упражнения | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 10.02 |  |
| **62** | Строевая подготовка. Основы знаний |  | Уметь выполнять строевые упражнения | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 11.02 |  |
| **63** | Акробатичес-кие упражнения | Повторный инструктаж по ТБ, инструктаж по гимнастике. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Специальные беговые упражнения. Упражнения на гибкость. Упражнения с внешним сопротивлением – с гантелями.  |  | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;приобретению новых знаний и умений. | Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 12.02 |  |
| **64** | Акробатичес-кие упражнения | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения. Кувырок вперед и назад; кувырок назад и перекатом в стойку на лопатках; «мост» из положения лежа, перекаты. Упражнения на гибкость. Упражнения на пресс. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 17.02 |  |
| **65** | Развитие гибкости | ОРУ. Комбинации из ранее освоенных акробатических элементов. Прыжки «змейкой» через скамейку. Броски набивного мяча до 1,5 кг. П/и. | Уметь демонстрировать комплекс акробатических упражнений. | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 18.02 |  |
| **66** | Упражнения в упорах. | ОРУ Смешанные упоры на, скамейке, у гимнастической стенки. П/и. | Корректировка техники выполнения упражнений  | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 19.02 |  |
| **67** | Развитие силовых способностей  | ОРУ на осанку. СУ. Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой. Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа..– на результат. П/И | Корректировка техники выполнения упражнений  | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 24.02 |  |
| **68** | Развитие координационных способностей | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Челночный бег с кубиками. Эстафеты. Дыхательные упражнения. Упражнения на гибкость. Прыжки со скакалкой. Эстафеты. Упражнения на гибкость. |  | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 25.02 |  |
| **69** | Развитие скоростно-силовых способностей. | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения.; Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. П/и.  | Корректировка техники выполнения упражнений. Дозировка индивидуальная | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 26.02 |  |
| **70** | Развитие скоростно-силовых способностей.Сгибание и разгибание рук в упоре | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения.; Сгибание и разгибание рук в упоре: мальчики от пола, ноги на гимнастической скамейке; девочки с опорой руками на гимнастическую скамейку. П/и. | Корректировка техники выполнения упражнений. Дозировка индивидуальная | Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 02.03 |  |
| **71** | Упражнения на равновесие  | ОРУ, СУ.. Специальные беговые упражнения. Ходьба по наклонной гимнастической скамейке. П/и. | Корректировка техники выполнения упражнений | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 03.03 |  |
| **72** | Упражнения на равновесие.Ходьба по наклонной гимнастической скамейке. | ОРУ, СУ.. Специальные беговые упражнения. Ходьба по наклонной гимнастической скамейке. П/и. | Корректировка техники выполнения упражнений | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 04.03 |  |
| **73** | Лазание и перелезание. | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения. Медленный бег до 3 минут. Лазание по наклонной гимнастической скамейке подтягиванием. Лазание по гимнастической стенке с выполнением задания и в различных И. П. Полоса препятствий с включением лазанья, перелезания, переползания. П/И. |  | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 09.03 |  |
| **74** | Лазание и перелезание.Полоса препятствий с включением лазанья. | ОРУ, СУ..Специальные беговые упражнения. Медленный бег до 3 минут. Лазание по наклонной гимнастической скамейке подтягиванием. Лазание по гимнастической стенке с выполнением задания и в различных И. П. Полоса препятствий с включением лазанья, перелезания, переползания. П/И. |  | Уметь взаимодействовать в команде при игре в мини футбол | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 10.03 |  |
| **75** | Развитие ловкости | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на пресс. Медленный бег до 4 минут Учебная игра «Снайпер». |  | Выбор эффективных способов решения игровых действий | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 11.03 |  |
| **76** | Развитие координационных способностей. | ОРУ, СУ. Специальные беговые упражнения. Эстафеты. Учебная игра: «Снайпер» | Корректировка техники выполнения упражнений | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;приобретению новых знаний и умений. | Моделировать различные отношения между объектами;исследовать собственные нестандартные способы решения; | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 16.03 |  |
| **77** | Развитие координационных способностей.Эстафеты | ОРУ, СУ..Специальные беговые упражнения. Эстафеты. Учебная игра: «Снайпер» | Корректировка техники выполнения упражнений | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях | Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. | 17.03 |  |
| **78** | Преодоление препятствий | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий наступанием, перешагиванием и прыжком в шаге.  | Уметь демонстрировать физические кондиции | Контролировать режимы физической нагрузки на организм. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 18.03 |  |
| **79** | Преодоление препятствий прыжком в шаге.  | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий наступанием, перешагиванием и прыжком в шаге.  | Уметь демонстрировать физические кондиции | Уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 23.03 |  |
| **80** | Развитие выносливости. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Смешанное передвижение (бег в черодовании с ходьбой) до 2000метров. П/И | Корректировка техники бега | Понятие «короткая дистанция», Поиск и выделение необходимой информации | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 24.03 |  |
| **81** | Переменный бег | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многогскоки. Переменный бег – 5 минут.  | Уметь демонстрировать физические кондиции | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики  | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки | 25.03 |  |
| **82** | Переменный бег.Бег с низкого старта в гору. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многогскоки. Переменный бег – 5 минут. | Уметь демонстрировать физические кондиции | Выделение и формулирование учебной цели;выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 06.04 |  |
| **83** | Длительный бег | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе до 10 минут по слабо-пересеченной местности.  | Уметь демонстрировать физические кондиции | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 07.04 |  |
| **84** | Развитие силовой выносливости | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием. Бег 1000 метров без учета времени. | Тестирование бега на 1000 метров. | Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;приобретению новых знаний и умений. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 08.04 |  |
| **85** | Гладкий бег  | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Гладкий бег по стадиону 6 минут – на результат. История отечественного спорта. | Демонстрировать технику гладкого бега по стадиону.  | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 13.04 |  |
| **86** |  Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон |  Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (20 – 30 м) – 2 -3 раза в чередовании со спокойным бегом. Старты из различных И. П. до 60 метров. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 10– 15 с.). П/ игра – «Перемена мест». | Уметь демонстрировать темп бега | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 14.04 |  |
| **87** | Высокий старт |  ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Высокий старт с пробеганием отрезков от 10 – до 15 метров с изменением скорости. Бег со старта в гору 2 -3 х до 20 метров. П/игра «Пустое место». | Уметь демонстрировать технику высокого старта | Следить за самочувствием при физических нагрузках; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 15.04 |  |
| **88** | Развитие координационных способностей. Эстафеты. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 серии по 20 – 30 метров. Бег до 60 метров. Эстафеты, встречная эстафета – расстояние от 40 – 60 метров.. | Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.  | Составление режима дня; знать правила личной гигиены. Знать упражнения для формирования правильной осанки; | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 20.04 |  |
| **89** | Развитие скоростных способностей. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег.до 40 метров. Бег 30 метров – на результат. П/игра: «Премена мест» |  | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; |  | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 21.04 |  |
| **90** | Развитие скоростных способностей.Скоростной бег.до 40 метров. | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Скоростной бег.до 40 метров. Бег 30 метров – на результат. П/игра: «Премена мест» |  | Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; |  | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 22.04 |  |
| **91** | Развитие скоростной выносливости | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег от 200 до 800 м. П/игра «При повторении – беги».  | Уметь демонстрировать скоростную выносливость | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 27.04 |  |
| **92** | Развитие скоростной выносливости..Бег от 200 до 800 м.  | ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег от 200 до 800 м. П/игра «При повторении – беги». | Уметь демонстрировать скоростную выносливость | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 28.04 |  |
| **93** | Развитие скоростно-силовых способностей. | ОРУ с теннисным мячом комплекс. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски и ловля набивных мячей: 2 кг. в парах, правой, левой, обеими руками из различных И. П. Броски в стену (щит) большого и малого мячей одной и обеими руками на дальность отскока с расстояния 3 – 6 м из различных И. П. с места и после разбега. Метание в горизонтальную и вертикальную цель (1,5 х 1,5 м) с расстояния 5 – 6 метров. П/и «Делац наоборот» | Уметь демонстрировать отведение руки для замаха. | Выделение и формулирование учебной цели;выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 29.04 |  |
| **94** | Развитие скоростно-силовых способностей.Метание в горизонталь-ную и вертикальную цель | ОРУ с теннисным мячом комплекс. СУ. Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки. Броски и ловля набивных мячей: 2 кг. в парах, правой, левой, обеими руками из различных И. П. Броски в стену (щит) большого и малого мячей одной и обеими руками на дальность отскока с расстояния 3 – 6 м из различных И. П. | Уметь демонстрировать отведение руки для замаха. | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 04.05 |  |
| **95** | Развитие координацион-ных способностей.  | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Челночный бег – на результат. Метание теннисного мяча с места, из положения стоя боком в направлении метания, на точность, дальность, заданное расстояние. | Уметь демонстрировать финальное усилие. | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 05.05 |  |
| **96** | Развитие координацион-ных способностей.Метание теннисного мяча с места | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Челночный бег – на результат. Метание теннисного мяча с места, из положения стоя боком в направлении метания, на точность, дальность, заданное расстояние. | Уметь демонстрировать финальное усилие. |  |  |  | 06.05 |  |
| **97** | Метание мяча на дальность. | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх; то же но через набивные мячи, расставленные низкие барьеры; то же, но на скамью высотой 20 -30 см). Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – на результат.  | Уметь демонстрировать технику в целом. | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 11.05 |  |
| **98** | Метание мяча на дальность с 4 – 5 шагов разбега. | ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх; то же но через набивные мячи, расставленные низкие барьеры; то же, но на скамью высотой 20 -30 см). Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность – на результат. | Уметь демонстрировать технику в целом | Выделение и формулирование учебной цели;выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 12.05 |  |
| **99** | Развитие силовых способностей и прыгучести | Комплекс с набивными мячами (до 1 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Прыжки в длину с места – на результат. П/и « | Уметь демонстрировать технику прыжка в длину с места  | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 13.05 |  |
| **100** | Развитие силовых способностей и прыгучестиПрыжки на заданную длину по ориентирам. | Комплекс с набивными мячами (до 1 кг). Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Прыжки в длину с места – на результат. П/и « | Уметь демонстрировать технику прыжка в длину с места  | Выделение и формулирование учебной цели;выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 18.05 |  |
| **101** | Прыжки на заданную длину по ориентирам. | Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Прыжки в длину с места – на результат. П/и « | Уметь демонстрировать технику прыжка в длину с места  | Выделение и формулирование учебной цели;выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. | Потребность в общении с учителемУмение слушать и вступать в диалог | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 19.05 |  |
| **102** | Прыжок в длину с разбега. | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Прыжки на расстояние 60 – 110 см в полосу приземления шириной 30 см; Прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега (согнув ноги).  |  | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 20.05 |  |
| **103** | Прыжок в длину с разбега. | ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Прыжки на расстояние 60 – 110 см в полосу приземления шириной 30 см; Прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега (согнув ноги).  |  | Умение структурировать знанияКонтролировать режимы физической нагрузки на организм. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 25.05 |  |
| **104** | Проведение разминки в виде встречной эстафеты с этапом по бегу на 30 м. | Проведение разминки в виде встречной эстафеты с этапом по бегу на 30 м.  | Учащиеся должны уметь:- пробежать дистанцию 30 м. | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 26.05 |  |
| **105** | Проведение разминки в виде встречной эстафеты с этапом по бегу на 30 м. Принятие теста по шестиминутному бегу. | Проведение разминки в виде встречной эстафеты с этапом по бегу на 30 м. Принятие теста по шестиминутному бегу. | Учащиеся должны уметь:- пробежать дистанцию за 6 мин;- пробежать дистанцию 30 м. | Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью. | Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами | Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях | 27.05 |  |

1. **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

**УМК**

* Егоров Б.Б. Физическая культура: учебник для учащихся 1-2 классов начальной школы. В 2 частях.– М.: Баласс, 2011
* Программа «Школа 2100» сборник программ. Начальная школа / под научной редакцией Д.И. Фельдштейна. Изд. 2-е, доп. – М.: Баласс, 2011;

**Дидактический материал, перечень наглядного оборудования**

* Корбакова И.Н., Терешина Л.В. Деятельностный метод обучения: описание технологии, конспекты уроков. – М.: Баласс, 2010
* Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»

**Учебно-практическое оборудование**

|  |  |
| --- | --- |
| * Мячи резиновые малые
* Мячи набивные весом 1 кг
* Мячи волейбольные
* Мячи футбольные
* Мячи баскетбольные
* Палки гимнастические
* Скакалки детские
* Обруч пластиковый детский
* Кегли

  | * Скамейка гимнастическая мягкая
* Скамейка гимнастическая жесткая
* Маты гимнастические
* Бревно гимнастическое напольное
* Стенка гимнастическая
* Сетка волейбольная
* Щит баскетбольный тренировочный
* Рулетка измерительная
* Мишень для метания
 |

**Перечень медиатеки**

* Интернет – ресурсы: www.school2100.ru

http://school-collection.edu.ru

http://window.edu.ru

[www.edu.ru](http://www.edu.ru)

**Технические средства обучения**

* Компьютер учителя
* Мультимедийный проектор
* Доска интерактивная прямой проекции