

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы

« ____ » _____ 2016 г.

г.

СОГЛАСОВАНО:
Зам. директора по УВР

« ____ » _____ 2016 г.

РАССМОТРЕНО
на заседании м/о
протокол №
« ____ » _____ 2016

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре

Класс: 1 класс

Учитель: Купянская В.А.

Количество часов в неделю – 3ч; всего - 102 часа.

Рабочая программа составлено на основании программы Матвеева А. П. утверждённой Министерством образования РФ

Учебник: Матвеев А. П. Физическая культура 1класс. Москва «Просвещение», 4-е издание 2014г.

.

Пояснительная записка к рабочей программе по физической культуре

Настоящая рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами начального общего образования. Она составлена на основе авторской программы «Физическая культура» А.П. Матвеева (для четырехлетней начальной школы), *входящей в образовательную систему «Перспектива» и соответствует требованиям нового образовательного стандарта* и ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу:

1. Матвеев А. П. Физическая культура. 1 класс : учеб. для общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев. – 4-е изд. – М. : Просвещение, 2014. – 112 с. : ил. (Академический школьный учебник).

2. Матвеев А. П. Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы / А. П. Матвеев. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

3. Матвеев А.П. Физическая культура.1-4 классы. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/ А.П. Матвеев.- М.: Просвещение,2011.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

Цель: Формировать у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
 - приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам деятельности;
 - обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности;
 - воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
 - содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом предмет «Физическая культура» изучается с 1 по 4 классы. Программа предмета «Физическая культура» в 1 классе – 72 часа (3 часа в неделю). Во 2—4 классах — по 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

Ценностные ориентиры 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 как первой 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.

Основное содержание учебного предмета

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

Способы физической деятельности.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. 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. Гимнастика с основами акробатики. *Организующие команды и приемы.* Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания; передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Легкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность..

Подвижные и спортивные игры. *На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр: баскетбол (ведение мяча, передачи мяча, броски, становки), волейбол (стойки, перемещения, прыжки), футбол. *Общеразвивающие упражнения (на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей).*

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), которые выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

Обучающийся научится:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика ее роли и значения в жизнедеятельности человека;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

Целевая ориентация программы

Настоящая рабочая программа учитывает географические, климатические и национальные особенности местности. Учащиеся в процессе занятий физической культурой укрепляют здоровье, совершенствуют физические качества, усваивают определенные двигательные действия, активно развивают мышление, творчество и самостоятельность с учетом индивидуальных и возрастных особенностей. Кроме того, в классе осуществляется подготовка учеников с высокими показателями физического развития и физической подготовленности к спортивным соревнованиям, смотрам, эстафетам.

Требования к качеству освоения программного материала

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся I класса должны:

иметь представление:

- о возникновении первых соревнований, возникновении физической культуры у древних людей;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

уметь:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;

демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 1)

Таблица 1

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе лежа согнувшись, кол-во раз	11-12	9-10	7-8	9-10	7-8	5-6
Прыжок в длину с места, см	118 -120	115-117	105-114	116-118	113-115	95-112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2—5,0	6,7—6,3	7,2—7,0	6,2—6,0	6,7—6,3	7,0—6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

Тематическое планирование для 1 класса согласно ФГОС.

2 четверть – 18 часов

3 четверть – 20 час

4 четверть – 18 часов

Итого: 56 часов.

урока	№	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Вид контроля	Планируемые результаты		Дата по плану	Дата по факту
							предметные	Метапредметные и личностные УУД (познавательные, регулятивные, коммуникативные, личностные)		
1		Инструктаж по технике безопасности	1	вводный	Инструктаж по ТБ. Комплекс гимнастики под музыку. Комплекс дыхательной гимнастики	текущий	Знать правила ТБ на уроках физической культуры.	Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности.		
2		Строй. Строевые упражнения.	1	Изучение нового материала	Развитие внимания. Обучение строевым упражнениям.	текущий	Уметь правильно строиться. Знать понятие «строй», «шеренга», «колона», «поворот».	Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
3		Легкая атлетика. Виды легкоатлетических	1	Изучение нового материала	Развитие скоростных, скоростно-силовых качеств. Обучение разновидностям ходьбы и бега.	текущий	Уметь передвигаться указанным способом: с изменением скорости и направления передвижения. Знать	Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения		

	упражнений.		риала			основные виды л/а упражнений. Уметь выполнять разновидности прыжковых и беговых упражнений.	поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
4	Гимнастика. Обучение перекатам.	1	Изучение нового материала	Перестроение по ориентирам. Обучить «упор-присеву», перекатам в группировке. П/И «море волнуется...»	текущий	Уметь перестраиваться в заданное количество колон, выполнять перебаты в группировке вправо-влево, назад. Чередовать фазы расслабления и напряжения мышц в игре «деревянные и тряпочные куклы».	Р. формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
5	Подвижные игры с мячами.	1	Комбинированный	Развитие координационных способностей. Ловля, передача, броски мяча индивидуально, в парах	Текущий, фронтальный	Уметь ловить, передавать и бросать мяч	Р. формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
6	Гимнастика. Обучение кувырке вперед в группировке.	2	Комбинированный	Развитие координационных качеств, гибкости. Расчет по номерам, перестроение в несколько колон. Обучение кувырке вперед в группировке.	Текущий фронтальный	Уметь выполнять кувырок вперед в группировке. Знать и выполнять ТБ при выполнении акробатических упражнений.	Р. формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия;		

							<u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
7	Гимнастик а. Упражнения в равновесии.		Комбини рованный	Развитие координационных качеств. Упражнения на низком бревне и гимнастической скамье: ходьба на носках, приставным шагом, поднимая колени, в полуприседе. П/и. «Четное-нечетное».	текущий	Уметь выполнять простейшие упражнения в равновесии на низком бревне.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
8	Гимнастик а. Гимнастические и акробатические элементы.	1	Комбини рованный	Развитие координационных качеств, гибкости. Расчет по номерам. Разновидности ходьбы. Обучение кувырку вперед в группировке, упору лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колене (правой-левой). Эстафеты с элементами гимнастики. Подъем туловища из положения лежа на спине, руки за голову (пресс).	Текущий, фронтальный	Уметь выполнять гимнастические и акробатические элементы (кувырок вперед в группировке, упор лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колене (правой-левой)).	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
9	Подвижные игры с мячами.	1	Комбини рованный	Развитие координационных способностей. Ловля, передача, броски мяча индивидуально, в парах	Текущий фронтальный	Уметь ловить, передавать и бросать мяч	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
10	Гимнастик		Ком	Развитие	текущий	Уметь выполнять	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную		

	а. Упражнения в равновесии.		бini рованный	координационных качеств. Упражнения на низком бревне и гимнастической скамье: ходьба на носках, приставным шагом, поднимая колени, в полуприседе. П/и. «Четное-нечетное».		простейшие упражнения в равновесии на низком бревне.	задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
11	Гимнастика. Преодоление полосы препятствий.	1	комбинированный	Развитие координационных и скоростных качеств. Совершенствование выполнения поворотов на месте. Преодоление полосы препятствий с гимнастическими элементами: пройти по низкому бревну, прыжки по «кочкам», перелезть через горку матов, ползть сквозь обруч, кувырок вперед. П/и «Тише едешь-дальше будешь».	текущий	Уметь использовать полученные на уроках гимнастики умения и навыки для преодоления препятствий.	Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
12	Гимнастика. Упражнения в лазании по гимнастической скамье.	1	комбинированный	Ходьба на носках руки в стороны, ходьба на пятках руки за голову, ходьба на внешней, внутренней стороне ступни, руки на поясе. Ходьба и упражнения в равновесии на низком бревне : ходьба руки на пояс, ходьба с прямыми ногами, приставными шагами левым и правым боком. По гимнастической скамье	Текущий фронтальный	Уметь различать и выполнять команды, правильно выполнять двигательные действия.	Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		

				<p>ходьба на коленях руки в стороны, лазание на животе в 2 и 3 приема. Кувьрки вперёд. П/И «День и ночь».</p>					
13	Гимнастик а.Гимнаст ические и акробатиче ские элементы.	2	Ком бини рова нный	<p>Развитие координационных качеств, гибкости. Расчет по номерам. Разновидности ходьбы. Обучение кувьрку вперед в группировке, упору лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колени (правой- левой). Эстафеты с элементами гимнастики. Подъем туловища из положения лежа на спине, руки за голову (пресс).</p>	Текущи й, фронталь ный	<p>Уметь выполнять гимнастические и акробатические элементы (кувьрок вперед в группировке, упор лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колени (правой-левой)).</p>	<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.использовать общие приемы решения поставленных задач; К.уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л.адекватная мотивация учебной деятельности</p>		
14	Гимнастик а.Гимнаст ические и акробатиче ские элементы.	1	Ком бини рова нный	<p>Развитие координационных качеств, гибкости. Расчет по номерам. Разновидности ходьбы. Обучение кувьрку вперед в группировке, упору лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колени (правой- левой). Эстафеты с элементами гимнастики. Подъем туловища из положения лежа на спине, руки за голову (пресс).</p>	Текущи й, фронталь ный	<p>Уметь выполнять гимнастические и акробатические элементы (кувьрок вперед в группировке, упор лежа на бедрах прогнувшись, упор стоя на колени (правой-левой)).</p>	<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.использовать общие приемы решения поставленных задач; К.уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л.адекватная мотивация учебной деятельности</p>		
15	Гимнастик а. Преодолен ие полосы препятстви й.	1	ком бини рова нный	<p>Развитие координационных и скоростных качеств. Совершенствование выполнения поворотов на месте. Преодоление полосы препятствий с</p>	текущий	<p>Уметь использовать полученные на уроках гимнастики умения и навыки для преодоления препятствий.</p>	<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.использовать общие приемы решения поставленных задач; К.уметь договариваться и приходить к</p>		

				гимнастическими элементами: пройти по низкому бревну, прыжки по «кочкам», перелезть через горку матов, ползть сквозь обруч, кувырок вперед. П/и «Тише едешь-дальше будешь».			общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
16	Подвижные игры с мячами.	2	Комбинированный	Развитие координационных способностей. Ловля, передача, броски мяча индивидуально, в парах	Текущий фронтальный	Уметь ловить, передавать и бросать мяч	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
17	Подвижные игры с мячами.		Комбинированный	Развитие координационных способностей. Ловля, передача, броски мяча индивидуально, в парах	Текущий фронтальный	Уметь ловить, передавать и бросать мяч	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
18	Урок-соревнование.	1	Комплексный	Развитие скоростных качеств. Эстафеты с использованием умений и навыков, приобретенных на уроках: акробатические элементы, лазание и перелезание в	текущий	Уметь использовать приобретенные на уроках умения и навыки в гимнастических элементах, упражнениях с мячами.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для		

				равновесии.			регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
19	Гимнастика. Акробатические упражнения.	1	комбинированный	Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Пройти бесшумно» Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	текущий	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
20	Строевые упражнения. Группировка. Перекаты. Игра «Пройти бесшумно».	1	Комплексный	Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов	текущий	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
21	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1	Комплексный	Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей. Эстафеты с использованием гимнастических элементов.	текущий		<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
22	Бросок	3	Советский	Бросок мяча снизу на	текущий	Уметь владеть мячом:	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную		

	мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай».		ршен ство вани е ЗУН	месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей		держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
23	Подвижные игры на основе баскетбола . Игра «Бросай – поймай»		Изучение нового материала	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей	текущий	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
24	Урок – игра. Игры «Бросай – поймай», «Гонка мячей».		Совршен ство вани е	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игры «Бросай – поймай», «Гонка мячей». Развитие координационных способностей	текущий	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
25	Гимнастка. Лазание по гимнастической стенке . Перелезан	3	Изучение нового материала	Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. ОРУ в движении.	текущий	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач;		

	ие через коня . Игра «Ниточка и иголочка».		а	Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей			К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
26	Гимнастика. Лазание по гимнастической стенке и канату. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка».	1	Комплексный	Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	текущий	Уметь лазать по гимнастической стенке, канату; перелезать через гимнастического козла.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
27	Урок - игра, соревнование. Эстафеты с предметами.		комплексный	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	текущий	Уметь играть в подвижные игры.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
28	Подвижные игры на основе с/и волейбол. Броски и ловля мяча через препятствие.	3	Изучение нового материала	Развитие координационных и скоростно-силовых качеств. ОРУ в движении. Челночный бег 3x10м, 5x10м. Перестроение в колонны по заданию и обратно в колонну по одному. Броски мяча в стену с	текущий	Уметь бросать и ловить мяч при перебрасывании через сетку.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия;		

				последующей ловлей, перебрасывание мяча через сетку с изменением расстояния от сетки.			<u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
29	Подвижные игры на основе с/и волейбол.		комбинированный	Развитие координационных и скоростно-силовых качеств. Броски мяча в цель. Броски мяча через сетку, установленную на разной высоте. П/и «Пионербол» по упрощенным правилам.	Текущий	Уметь бросать и ловить мяч при перебрасывании через сетку.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
30	Эстафеты на основе элементов баскетбола и волейбола.		комплексный	Развитие скоростных качеств. Эстафеты с мячами: передачи, перебрасывание, перестроения.	текущий	Уметь применять ЗУН с мячами в эстафетах.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
31	Гимнастика. Акробатические упражнения.	2	Совершенствование ЗУН.	Развитие гибкости и координационных качеств. ОРУ под музыку. Совершенствование выполнения строевых команд. Ознакомление с гимнастической связкой из пройденных элементов: стойка пловца, упор-присев, кувырок вперед в группировке, пережат на спину, стойка на лопатках, пережат вперед в упор-	текущий	Уметь выполнять гимнастические и акробатические элементы в связке.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		

				присев, прыжок вверх, прогнувшись. П/И «Вызов по номерам». Подъем туловища из положения лежа на спине, руки за головой (пресс).					
32	Гимнастика. Акробатические упражнения. Полоса препятствий.		Комплексный	Развитие гибкости, скоростных и координационных качеств. Выполнение гимнастической связки из пройденных элементов: стойка пловца, упор-присев, кувырок вперед в группировке, пережат на спину, стойка на лопатках, пережат вперед в упор-присев, прыжок вверх, прогнувшись. Полоса препятствий: кувырок вперед, пройти по низкому бревну, перелезть через горку матов, пролезть в лабиринт. П/И «Море волнуется...»	текущий	Уметь выполнять гимнастические и акробатические элементы в связке.		<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>П.использовать общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>К.уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия;</p> <p>Л.адекватная мотивация учебной деятельности</p>	
33	Подвижные игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	1	Комплексный	ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	текущий	Уметь играть в подвижные игры		<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p> <p>П.использовать общие приемы решения поставленных задач;</p> <p>К.уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия;</p> <p>Л.адекватная мотивация учебной деятельности</p>	
34	Гимнастика. Урок-соревнование	1	Совещание	ОРУ с гимнастической палкой. Развитие скоростно-силовых способностей..	текущий	Уметь выполнять акробатические упражнения и упражнения в		<p>Р.- формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;</p>	

	«лучший гимнаст».		е ЗУН	Выполнение упражнений на низком бревне и гимнастической связки.		равновесии, осуществляя самостраховку.	П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
35	Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай».	1	Комплексный	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей	текущий	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
36	Урок – игра. Эстафеты с мячами.	1	Совершенствование ЗУН	Развитие скоростных и координационных качеств. ОРУ. Эстафеты с мячами.	Текущий	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
				4 четверть.					
37	Легкая атлетика.Кросс. Подвижная игра «Пятнашки».	1	Комплексный	Равномерный бег 4 минуты. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега		Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой		

							деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
38	Легкая атлетика. Кросс, прыжки в длину.	1	Комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств и выносливости. Равномерный бег 4 минут. Прыжки в длину с места. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра «Вызов номера». ОРУ.	текущий	Уметь бегать в равномерном темпе до 4 минут; бегать по слабо пересеченной местности до 1 км, прыгать в длину с места.	<u>Р.</u> формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
39	Легкая атлетика. Эстафеты с мячами.	1	Комплексный	Подвижные игры «Пятнашки», «Третий лишний». Эстафеты с мячами. ОРУ. Развитие выносливости	текущий	Уметь правильно выполнять действия в беге с мячами.	<u>Р.</u> формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
40	Легкая атлетика. Бег с ускорением.	1	Комплексный	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м. Знать правила ТБ на уроках легкой атлетики	<u>Р.</u> формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
41	Легкая	1	Комплексный	Развитие скоростно-	текущий	Уметь правильно	<u>Р.</u> формулировать и удерживать учебную		

	атлетика. Бег с ускорением, прыжки в длину с места. Эстафеты.		плексный	силовых и скоростных качеств. Бег 20м,30м,40м. Прыжки в длину с места. Встречные эстафеты.		выполнять прыжки в длину с места, бег с максимальной скоростью на дистанциях различной длины.	задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
42	Развитие умений и навыков посредством подвижных игр..	1	Комплексный	Подвижные игры «Воробы и вороны», «День и ночь». Развитие скоростных способностей	текущий	Уметь применять ЗУН в подвижных играх.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
43	Легкая атлетика. Прыжок в длину с места, с разбега.	1	Комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Подвижная игра «Прыгающие воробушки»	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках;	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
44	Легкая атлетика. Игры с прыжками.	1	Комплексный	Эстафеты. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры»	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках;	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач;		

							К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
45	Легкая атлетика. Метания малого мяча. Бег с ускорением.	1	Комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств.ОРУ.Метание малого мяча в цель (2□2) с 3–4 метров. Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчёт» Эстафеты	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
46	Легкая атлетика. Метание малого мяча в цель . Подвижная игра «Попади в мяч»..	1	Комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств.ОРУ.Метание малого мяча в цель (2□2) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч».	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
47	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1	Комплексный	Метание малого мяча в цель (2x2) с 3–4 метров. ОРУ. Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчёт» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места, из различных положений; метать в цель; метать набивной мяч из различных положений	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		

							деятельности		
48	Легкая атлетика. Длительный бег с преодолением препятствий, челночный бег 3x10м.	1	комплексный	Развитие выносливости, координационных качеств. ОРУ. Равноускоренный бег по 30м. Челночный бег 3x10м. Бег 1км с преодолением препятствий высотой 40-50см. П/И «Два мороза».	текущий	Уметь правильно выполнять повороты в челночном беге, преодолевать препятствия оптимальным способом.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
49	Легкая атлетика. Длительный бег. Бег с ускорением.	1	Комплексный	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30 м. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
50	Подвижные игры на основе баскетбола.	1	Комплексный	Развитие координационных способностей. ОРУ. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте.. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо».	текущий	Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
51	Легкая атлетика. Бег с ускорением	1	Комплексный	Развитие скоростных качеств. ОРУ. Длительный бег 6 мин. ОРУ. Ускорение 30м, 60м.с. учетом	текущий	Уметь бегать с максимальной скоростью до 60м и 60м. Использовать	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;		

	м. Эстафеты.			времени. Эстафеты.		полученные ЗУН при выполнении эстафет.	П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
52	Урок-игра. Игры с прыжками. Эстафеты с мячами.	1	Комплексный	Эстафеты. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры»	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
53	Легкая атлетика. Метания малого мяча, прыжки в длину с места.	2	комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Бег с ускорением 20м,30м,40м. Метание малого мяча с места на дальность. Прыжки в длину с места. П/И «Кольцеброс».	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в метаниях и прыжках .	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; Л. адекватная мотивация учебной деятельности		
54	Легкая атлетика. Прыжки в длину с разбега, многоскоки.		комплексный	Развитие скоростно-силовых качеств. ОРУ. Ускорение 30м. Прыжки в длину с разбега с приземлением на две ноги. Многоскоки восьмерные. Эстафеты.	текущий	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках.	Р. - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П. использовать общие приемы решения поставленных задач; К. уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для		

							регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
55	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1	Комплексный	ОРУ. Подвижные игры «Метко в цель», э«Точный расчёт» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств	текущий	Уметь правильно применять ЗУН	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		
56	Урок-игра. Игры с прыжками. Эстафеты с мячами.	1	Комплексный	Эстафеты. Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры»	итоговый	Уметь правильно применять ЗУН	<u>Р.</u> - формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <u>П.</u> использовать общие приемы решения поставленных задач; <u>К.</u> уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, использовать речь для регуляции своего действия; <u>Л.</u> адекватная мотивация учебной деятельности		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575833

Владелец Якубова Гюльнара Абасовна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022