

Ростовская область Тацинский район х.Новороссошанский

МБОУ Новороссошанская оош

Утверждаю

Директор МБОУ

Новороссошанская оош

Приказ № 103 от 26.08.16 г.



Рабочая программа по физической культуре

Начального общего образования: 1 класс

К-во часов: 99 часов

Учитель: Быкадорова Елена Петровна

Программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования по физической культуре (Приказ МОиН №363 от 06.10.2009г.)
- программы начального общего образования по физической культуре , автор В.И.Лях
- казачьего компонента

2016-2017

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ МОиН № 363 от 06 октября 2009), Примерной образовательной программы, авторской программы Ляха В.И., Зданевича А.А. Количество часов, отведенное на данный предмет, составляет 99 часов.

Основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию содержательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры, духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Предметом обучения физической культуры в 1 классе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Выполнение данной цели связано с решением следующих образовательных задач:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
- овладение школой движения;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- приобретение в области физической культуры знаний и умений, направленных на укрепление здоровья;
- развитие координационных способностей.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика.

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

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

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре (1 – 4 классы)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)			
		Класс			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	Базовая часть	77	78	78	78
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
1.2	Подвижные игры	20	18	18	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	17	18	18	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	21	21	21	21
1.5	Кроссовая подготовка	21	21	21	21
2	Вариативная часть	22	24	24	24
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	22	24	24	24
	Итого	99	102	102	102

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1. Естественные основы.

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

3 – 4 классы. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выполнение работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

2. Социально – психологические основы.

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

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

3. Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

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

3 – 4 классы. Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанные с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений. Тестирование физических способностей.

4. Подвижные игры.

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

5. Гимнастика с элементами акробатики.

1 – 4 классы. Названия снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

6. Легкоатлетические упражнения.

1 – 2 классы. Понятия короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

3 – 4 классы. Понятие эстафета. Команды «Старт!», «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнований в прыжках, беге и метании. Техника безопасности на уроках.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

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

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

- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;

- общение и взаимодействие со сверстниками;

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

- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- изложение фактов истории физической культуры;

- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ К КОНЦУ 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

В результате освоения программного материала ученик: получит знания:

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

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;

- о терминологии разучиваемых упражнений;

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

- о причинах травматизма на занятиях физкультурой и правилах его предупреждения; научится:

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

- проводить самостоятельно закаливающие процедуры;

- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях.

Уровень физической подготовленности

1 класс

Контрольные	Уровень
-------------	---------

упражнения	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, 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 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

Учебно-методический комплект

Предмет, количество часов в нед. /за год согласно учебному плану школы	Учебная программа (Соответствует федеральному компоненту государственного стандарта общего образования)	УМК обучающихся	УМК учителя
Физическая культура 3/99	Комплексная программа физического воспитания. 1- 11 классы. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. Москва «Просвещение» 2011 г. Рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 - 4 классы. Москва «Просвещение» 2011 г. Автор: В.И. Лях	«Физическая культура» 1 – 4 классы. Автор: В.И. Лях. Москва «Просвещение» 2011 г. Рекомендовано МО и науки РФ	Поурочные разработки по физической культуре 1 – 4 классы. Автор: В.И. Ковальчук. Москва «ВАКО» 2010 г.

Литература для учителя и для учащихся

- Закон «Об образовании» (ст. 9, 13, 14, 15, 32);
- Типовое положение об общеобразовательном учреждении (Постановления Правительства РФ);
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Приказ Минздрава №451 от 23.03.2011); раздел 2.9.;
- Федеральный государственный стандарт начального общего образования (Приказ МОиН № 363 от 06 октября 2009 зарегистрирован Минюст № 17785 от 22 .12. 2009);
- Приказ МОиН РФ № 822 от 23.12.2009 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2010-2011 год» нормативных документов Министерства образования и науки.
- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Контроль и оценка результатов обучения в начальной школе (Письмо МО РФ № 1561/14-15 от 19.11.1998);
- Система оценивания учебных достижений школьников в условиях безотметочного обучения (Письмо МО РФ № 13-51-120/13 от 03.06.2003);

№ п/п	Дата	Тема урока	Цели урока	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			
				элементы содержания	предметные результаты	универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты (не оцениваются)
1	2	3	4	5	6	7	8
<i>Легкая атлетика (11 часов)</i>							
1		Инструктаж по технике безопасности и. Ходьба на носках, на пятках.	Цели: познакомить с правилами поведения в спортивном зале; учить слушать и выполнять команды	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростных качеств.	Узнают правила ТБ. Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2		Ходьба под счет. Обычный бег.	Цель: учить выполнять команды под счет, ходить на носках, на пятках	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м). Подвижная игра «Вызов номера». Понятие «короткая дистанция». Развитие скоростных качеств.	Узнают понятие «короткая дистанция». Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
3		Обычный бег. Бег с ускорением.	Цели: учить правильной технике бега в медленном и быстром темпе	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м).	Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

				Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция».	ой скоростью (до 30 м, до 60 м)	познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	
4	Обычный бег. Бег с ускорением.	Цели: учить контролировать состояние своего здоровья, фиксировать информацию об изменениях в организме; выполнять бег	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Бег (30 м, 60 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». Понятие «короткая дистанция».	Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 30 м, до 60 м)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций</i>	
5	Разновидности ходьбы.	Цель: учить выполнять разные виды ходьбы; развитие скоростных качеств	Разновидности и ходьбы. Бег с ускорением. Бег (60 м). ОРУ. Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие скоростных качеств.	Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м)	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение</i>	
6	Прыжки на одной ноге, на двух вместе.	Цель: учить правильно выполнять прыжки на одной ноге, на двух вместе.	Прыжки на одной ноге, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде»	Научатся: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<i>Смыслообразование - мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость. Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки</i>	
7	Прыжки с	Цель: учить	Прыжки на	Научатся:	Регулятивные: <i>планирование</i>	<i>Смыслообразование -</i>	

		продвижением вперед.	правильно выполнять прыжки с продвижением вперед	одной ногой, на двух вместе. Прыжки с продвижением вперед. ОРУ. Подвижная игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.	правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	- определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> - предвосхищать результат. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация - проявление доброжелательности</i>
8		Прыжок в длину с места.	Цель: учить выполнять прыжок в длину с места, соблюдая правила безопасного приземления	Прыжки на одной ногой, на двух вместе. Прыжки с длиной с места. ОРУ. Подвижная игра «Лисы и куры».	Научатся: правильно выполнять основные движения в прыжках; приземляться в прыжковую яму на обе ноги	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> - предвосхищать результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> - разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	<i>Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях</i>
9		Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания	Цель: учить правильной постановке руки при метании мяча; развитие скоростно-силовых качеств.	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «К своим флажкам». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Научатся: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение - осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</i>
10		Метание малого мяча. Подвижная игра «Попади в цель».	Цель: учить правильно выполнять метание малого мяча; развитие скоростно-	Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению	Научатся: правильно выполнять основные движения в метании;	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.	<i>Самоопределение - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</i>

			силовых качеств.	метания. Подвижная игра «Попади в цель». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	
11		Метание малого мяча. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	Цель: учить правильно выполнять метание малого мяча; развитие скоростно-силовых качеств.	Метание малого мяча из положения, стоя грудью по направлению метания. Подвижная игра «Кто дальше бросит». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Научатся: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - различать способ и результат действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - вести устный диалог по технике прыжка	<i>Самоопределение — принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело</i>
Кроссовая подготовка (11 часов)							
12		Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 3 мин	Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега.	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> — самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение - осознание своей этнической принадлежности. Нравственно-этическая ориентация - уважительное отношение к истории и культуре других народов</i>
13		Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Горелки».	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 4 мин	Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Горелки». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега.	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и	<i>Самоопределение - готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</i>

						ролей в совместной деятельности	
14		Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Третий лишний».	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 5 мин; учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация - уважительное отношение к чужому мнению.</i> <i>Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</i>
15		Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Горелки».	Цели: учить контролировать смену скорости в беге; познакомить с простым комплексом упражнений утренней гигиенической гимнастики	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Горелки». ОРУ. Развитие выносливости.	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	<i>Самоопределение — готовность и способность к саморазвитию</i>
16		Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Третий лишний».	Цель: учить определять разницу темпа бега, выполнять упражнения на развитие координационных способностей	Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье»	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное	<i>Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях</i>

						мнение и позицию	
17		Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Третий лишний».	Цели: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 мин; учить организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие «здоровье»	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> — сличать способ действия и его результат; <i>коррекция</i> — вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать, выделять и использовать в действиях. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> — вести устный диалог; строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки.</i> <i>Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности</i>
18		Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Октябрята»	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 мин; развивать координационные способности	Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> — формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> — вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Смыслообразование - мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)</i>
19		Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Октябрята»	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 7 мин; развивать выносливость	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	Научатся: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); по слабо пересеченной местности (до 1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> — формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразование — адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)</i>
20		Равномерный бег (7 мин). Чередование	Цель: учить бегу в равномерном темпе в	Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега	Научатся: бегать в равномерном темпе	Регулятивные: <i>целеполагание</i> — преобразовывать практическую задачу в образовательную.	<i>Смыслообразование — самооценка на основе критериев успешной дея-</i>

		е ходьбы и бега. Игра «Конники-спортсмены».	течение 7 мин; развивать выносливость	(бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости	(до10 мин); по слабо пересеченной местности (до1 км)	Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>тельность</i>
21		Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Конники-спортсмены».	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 8 мин; учить ходьбе на носках в различных позах и по разным меткам развивать выносливость	Равномерный бег (8мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Конники-спортсмены». ОРУ. Развитие выносливости	Научатся: бегать в равномерном темпе (до10 мин); по слабо пересеченной местности (до1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль	<i>Нравственно-этическая ориентация - умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций</i>
22		Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега. Игра «Гуси-лебеди».	Цель: учить бегу в равномерном темпе в течение 8 мин; учить ходьбе на носках в различных позах и по разным меткам развивать выносливость	Равномерный бег (8мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 50 м, ходьба – 100м). Подвижная игра «Гуси-лебеди». ОРУ. Развитие выносливости	Научатся: бегать в равномерном темпе (до10 мин); по слабо пересеченной местности (до1 км)	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>общеучебные</i> — выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — проявлять активность во взаимодействии для решения задач	<i>Самоопределение — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры</i>
Гимнастика (17 часов)							
23		Акробатика . Основная стойка.	Цель: учить выполнять акробатические упражнения - статическое положение, перекаты	Инструктаж по ТБ. Основная стойка. Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - применять правила и пользоваться инструкциями. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение — проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой</i>
24		Акробатика . Основная	Цель: учить выполнять	Основная стойка.	Научатся: выполнять	Регулятивные: <i>планирование</i> — выполнять действия в	<i>Смыслообразование - самооценка на</i>

		стойка.	перекаты в группировке, из упора стоя на коленях, выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Построение в колонну по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Пройти бесшумно». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов.	строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>знаково-символические</i> — использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	<i>основе успешной деятельности и показателей результатов</i>
25		Группировка, перекаты	Цель: учить выполнять перекаты в группировке, выполнять игровые упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация - навыки сотрудничества в разных ситуациях</i>
26		Группировка. Построение в шеренгу.	Цель: учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях	Основная стойка. Построение в шеренгу. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: слушать собеседника, задавать вопросы; использовать диалог	<i>Самоопределение - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</i>
27		Построение в круг.	Цель: учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты».	Научатся: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> - предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: <i>общеучебные</i> - узнавать, называть и определять объекты и явления	<i>Нравственно-этическая ориентация — уважительное отношение к чужому мнению</i>

				Развитие координационных способностей.		окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - строить для партнера понятные высказывания	
28		Построение в круг. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях.	<i>Цель:</i> закрепить навыки в упражнениях - <i>переползании</i> , перекатах	Основная стойка. Построение в круг. Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Космонавты». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые команды и акробатические элементы отдельно и в комбинации	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение - начальные навыки адаптации при изменении ситуации поставленных задач</i>
29		Равновесие. Строевые упражнения	Цель: учить ходьбе в равновесии по скамейке с перешагиванием через предметы	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> — задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение — принятие образа «хорошего ученика»</i>
30		Равновесие. Развитие координационных способностей. Игра «Змейка»	Цель: учить выполнять организующие строевые команды и приемы – размыкание в шеренге на вытянутые руки и смыкание обратно	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках, на	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - договариваться о распределении функций и ролей в	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

				гимнастическо й скамейке. Ходьба по гимнастическо й скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка». Развитие координационн ых способностей.		совместной деятельности	
31		Эстафеты с обручем. Выпол- нение команд в разных си- туациях	Цель: учить выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	Размыкание на вытянутые в стороны руки. ОРУ с обручами. Стойка на носках на одной ноге на гимнастическо й скамейке. Игра «Не ошибись!». Развитие координационн ых способностей.	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. Познавательные: <i>общеучебные</i> - кон- тролировать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> — определять общую цель и пути ее достижения	<i>Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</i>
32		Выпол- нение команд в разных си- туациях	Цель: учить выполнять упражнения по команде учителя и добиваться правильного выполнения	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!» ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастическо й скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Не ошибись!». Развитие координационн ых способностей.	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> <i>общеучебные</i> - ори- ентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудниче- ство</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразова-ние - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</i>
33		Строевая подготовка	Цель: учить выполнять команды «Класс, шагом марш!», «Класс,	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!»	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</i> <i>планирование</i> - составлять план и последовательность действий. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> <i>информационные</i> — искать и выделять необходимую ин-	<i>Самоопределение — готовность и спо- собность обучаю- щихся к самораз- витию</i>

			стой!»	ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных способностей.	равновесии	формацию из различных источников. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> управление коммуникацией - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.	
34	Строевая подготовка	Цель: закреплять выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!»	Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!» ОРУ с обручами. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Западня». Развитие координационных способностей.	Научатся: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</i> оценка — устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, строить высказывание	<i>Смыслообразование — эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им</i>	
35	Лазание по гимнастической стенке.	Цель: учить лазанию по гимнастической стенке; развивать силовые способности	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> — осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</i>	
36	Лазание по гимнастической стенке.	Цель: закреплять навыки лазания по гимнастической стенке; развивать силовые способности	Лазание по гимнастической стенке. ОРУ в движении. Игра «Ниточка и иголочка». Развитие силовых способностей	Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Регулятивные: <i>оценка</i> - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: <i>общеучебные</i> - узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.	<i>Самоопределение — внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе</i>	

						Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы	
37		Лазание по канату.	Цель: учить лазанию по канту	Лазание по канату. ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Развитие силовых способностей	Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> - предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> - получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> — формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно-этическая ориентация — навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы</i>
38		Лазание по гимнастической стенке	Цель: учить лазанию по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях.	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Игра «Светофор». Развитие силовых способностей.	Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: коррекция</i> - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата</i>
39		Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке	Цель: учить подтягиванию, лежа на животе на гимнастической скамейке; развитие силовых способностей	Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Игра «Три движения». Развитие силовых способностей	Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: контроль</i> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; <i>коррекция</i> - устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ: общеучебные</i> - уметь применять полученные знания в различных вариантах. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью и задавать вопросы	<i>Нравственно-этическая ориентация — этические потребности, ценности, чувства</i>

Подвижные игры (20 часов)

40	Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	Цель: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: коррекция - адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ: общеучебные - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. КОММУНИКАТИВНЫЕ: взаимодействие — слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание</i>	<i>Смыслообразование - адаптированная мотивация учебной деятельности</i>
41	Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты.	Цель: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>Регулятивные: коррекция - вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; оценка - ус-танавливать соответствие полученного результата поставленной цели. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: управление коммуникацией - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия</i>	<i>Нравственно-этиче-ская ориентация - навыки сотрудни-чества в разных ситуациях, умение не создавать кон-фликтов и находить выходы из спорных ситуаций</i>
42	Игры «Октябрюта », «Класс, смирно!». Эстафеты.	Цель: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	ОРУ. Игры «Октябрюта», «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудни-</i>	<i>Самоопределение — начальные навыки адаптации в дина-мично изменяющем мире</i>

						чества с партнером	
43		Игры «Октябрята», «Класс, смирно!». Эстафеты.	Цель: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	ОРУ. Игры «Октябрята», «Класс, смирно!». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности	<i>Самоопределение</i> - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе
44		Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: контроль и самоконтроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решения. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> <i>управление коммуникацией</i> - оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	<i>Самоопределение</i> - экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
45		Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ: контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> <i>управление коммуникацией</i> - прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения	<i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
46		Игры «Кто дальше бросит»),	Цель: закреплять навыки	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит»),	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</i> <i>саморегуляция</i> - стабилизировать эмоциональное	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - навыки сотрудни-

		«Через кочки и пенечки». Эстафеты.	быстроты, ловкости, выносливости и	«Через кочки и пенечки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	состояние для решения различных задач. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> общеучебные — самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> взаимодействие - формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>чества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций</i>
47		Игры «Кто дальше бросит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Кто дальше бросит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</i> коррекция - вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> логические - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание	<i>Нравственно-этическая ориентация - этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера</i>
48		Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты.	Цель: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>РЕГУЛЯТИВНЫЕ:</i> осуществление учебных действий - выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. <i>ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>КОММУНИКАТИВНЫЕ:</i> взаимодействие - строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование - мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности</i>
49		Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты.	Цель: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов	ОРУ. Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: информационные — анализ информации.	<i>Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</i>

			движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств	способностей		Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	
50	Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты	<i>ЦЕЛЬ:</i> развивать координацию посредством подвижных игр	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчик и-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> - вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: <i>знаково-символические</i> - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> — определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе	
51	Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты	<i>ЦЕЛЬ:</i> развивать координацию посредством подвижных игр	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчик и-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог	<i>Самоопределение</i> - самостоятельная и личная ответственность за свои поступки	
52	Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты.	<i>Цель:</i> закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития	ОРУ. Игры «Пятнашки», «Два мороза». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов.	<i>Самоопределение</i> - установка на здоровый образ жизни	

			двигательных качеств			Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью	
53	Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». Эстафеты	Цели: учить выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности, называть эти игры	ОРУ. Игры «Капитаны», «Попрыгунчик и-воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение</i> — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам	
54	Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Эстафеты.	Цель: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств	ОРУ. Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять познавательную цель. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование</i> - мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)	
55	Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Эстафеты.	Цель: закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств	ОРУ. Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> — строить монологическое высказывание, вести устный	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость	

						диалог	
56		Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> ~ выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	<i>Самоопределение — начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</i>
57		Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> — предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: <i>знаково-символические</i> - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; <i>логические</i> - устанавливать причинно-следственные связи. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности</i>
58		Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты, ловкости, выносливости и	ОРУ. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. Познавательные: <i>информационные</i> - искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	<i>Самоопределение - внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе</i>
59		Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты.	Цель: закреплять навыки быстроты,	ОРУ. Игры «Удочка», «Компас». Эстафеты.	<i>НАУЧАТСЯ: ИГРАТЬ В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ С</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> — формировать и удерживать учебную задачу;	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

			ловкости, выносливости и	Развитие скоростно-силовых способностей	<i>БЕГОМ, ПРЫЖКАМИ, МЕТАНИЕМ.</i>	<i>прогнозирование</i> - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	<i>и своей ответственности за выполнение долга</i>
--	--	--	--------------------------	---	-----------------------------------	---	--

Подвижные игры на основе баскетбола (22 часа)

60		Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	Цель: учить правильной постановке руки при броске мяча в цель	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> - подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	<i>Самоопределение — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</i>
61		Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	Цель: учить правильной постановке руки при броске мяча	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Бросай и поймай». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать познавательную задачу в практическую. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> — строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
62		Бросок и ловля мяча. Игра «Передача мячей в колоннах».	Цель: учить и закреплять навык броска мяча и правильной	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - само-	<i>Смыслообразование - мотивация учебной деятельности</i>

			ловли	мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	<i>РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	стоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>планирование . учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию	
63		Бросок и ловля мяча. Игра «Передача мячей в колоннах».	Цель: учить и закреплять навык броска мяча и правильной ловли	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра «Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> — проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	<i>Смыслообразование - мотивация учебной деятельности</i>
64		Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	Цели: закреплять навыки в броске и ловле мяча; воспитывать командный дух	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
65		Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	Цели: закреплять навыки в броске и ловле мяча; воспитывать командный дух	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве;	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

						управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	
66		Передача мяча снизу на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	Цели: закреплять навыки в броске и ловле мяча; воспитывать командный дух	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>целесолагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>
67		Передача мяча снизу на месте. Игра «Гонка мячей по кругу».	Цели: закреплять навыки в броске и ловле мяча; воспитывать командный дух	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
68		Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте.	Цель: учить броску мяча в щит (снизу на месте)	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал - садись». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>целесолагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>
69		Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте.	Цель: учить броску мяча в щит (снизу на месте)	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ,</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

				с мячами. Игра «Передал - садись». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	
70		Игра в мини-баскетбол. Игра «Выстрел в небо».	Цель: учить играть в мини-баскетбол; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие
71		Игра в мини-баскетбол. Игра «Выстрел в небо».	Цель: учить играть в мини-баскетбол; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Выстрел в небо». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение</i> — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам
72		Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра «Охотники и утки».	Цель: закреплять навыки броска мяча в щит; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>Самоопределение</i> — принятие образа хорошего ученика

73	Бросок мяча снизу на месте в щит. Игра «Охотники и утки».	Цель: закреплять навыки броска мяча в щит; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Самоопределение</i> - осознание ответственности человека за общее благополучие
74	Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами.	Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> — осознание ответственности человека за общее благополучие
75	Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами.	Цель: учить командным действиям при повторении ранее изученных упражнений	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Круговая лапта». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение</i> — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам
76	Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте.	Цель: учить ведению баскетбольного мяча; закреплять навыки ловли и передачи	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ,</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач.	<i>Самоопределение</i> — принятие образа хорошего ученика

			мяча	мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	<i>ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</i>	
77		Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте.	Цель: учить ведению баскетбольного мяча; закреплять навыки ловли и передачи мяча	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль - осуществлять пошаговый и итоговый результаты.</i> Познавательные: <i>общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</i> Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество - предлагать помощь в сотрудничестве; управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение</i>	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
78		Ведение мяча на месте. Игра «Не давай мяч водящему».	Цель: учить ведению баскетбольного мяча; закреплять навыки ловли и передачи мяча; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяч водящему». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий.</i> Познавательные: <i>общеучебные - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</i> Коммуникативные: <i>управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих</i>	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
79		Ведение мяча на месте. Игра «Не давай мяч водящему».	Цель: учить ведению баскетбольного мяча; закреплять навыки ловли и передачи мяча; развитие координационных способностей	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяч водящему». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную.</i> Познавательные: <i>общеучебные - использовать общие приемы решения задач.</i> Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</i>	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>
80		Эстафеты с мячами.	Цель: закреплять	Бросок мяча снизу на месте	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль -</i>	<i>Самоопределение - осознание ответст-</i>

		Игра «Перестрелка».	навыки основных видов движений; воспитывать командный дух	в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	<i>МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>ценности человека за общее благополучие</i>
81		Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка».	Цель: закреплять навыки основных видов движений; воспитывать командный дух	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Перестрелка». Развитие координационных способностей	<i>НАУЧАТСЯ: ВЛАДЕТЬ МЯЧОМ (ДЕРЖАТЬ, ПЕРЕДАВАТЬ НА РАССТОЯНИЕ, ЛОВЛЯ, ВЕДЕНИЕ, БРОСКИ) В ПРОЦЕССЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР; ИГРАТЬ В МИНИ-БАСКЕТБОЛ.</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
Кроссовая подготовка (10часов)							
82		Равномерный бег (3мин). Чередование ходьбы, бега	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (3мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
83		Равномерный бег (3мин). Подвижная игра «Пятнашки».	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (3мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач.	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>

				«Пятнашки». ОРУ. Развитие выносливости	<i>МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	
84	Равномерный бег (4мин). Чередование ходьбы, бега	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (4мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ TEMПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>	
85	Равномерный бег (4мин). Подвижная игра «Октябрята».	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (4мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Октябрята». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ TEMПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>	
86	Равномерный бег (5мин). Чередование ходьбы, бега	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (5мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Два мороза». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ TEMПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>	
87	Равномерный бег	Цель: развивать	Равномерный бег (5мин).	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преоб-	<i>Самоопределение — принятие образа</i>	

		(5мин). Подвижная игра «Два мороза».	выносливость в ходьбе и беге на местности	Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Два мороза». ОРУ. Развитие выносливости	<i>РАВНОМЕРНО М ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	развивать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>хорошего ученика</i>
88		Равномерный бег (6мин). Чередование ходьбы, бега	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (6мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНО М ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - осуществлять пошаговый и итоговый результаты. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> - осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение	<i>Самоопределение - осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
89		Равномерный бег (6мин). Подвижная игра «Третий лишний».	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (6мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНО М ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
90		Равномерный бег (7мин). Чередование ходьбы, бега	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (7мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ: БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНО М ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные:	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

						планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения	
91		Равномерный бег (8мин). Подвижная игра «Вызов номеров».	Цель: развивать выносливость в ходьбе и беге на местности	Равномерный бег (8мин). Чередование ходьбы, бега (бег -50 м, ходьба – 100 м). Подвижная игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие выносливости	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>БЕГАТЬ В РАВНОМЕРНОМ ТЕМПЕ (ДО 10 МИН); ПО СЛАБО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ (ДО 1 КМ)</i>	Регулятивные: прогнозирование — предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. Познавательные: знаково-символические - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; логические - устанавливать причинно-следственные связи. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение	Смыслообразование - самооценка на основе критериев успешной деятельности
Легкая атлетика (8 часов)							
92		Бег с изменением направления, ритма и темпа	Цель: учить правильно выполнять упражнения с изменением направления, ритма и темпа	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 м). ОРУ. Подвижная игра «Воробы и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	<i>УЗНАЮТ:</i> <i>ПРАВИЛА ТБ.</i> <i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ХОДЬБЕ И БЕГЕ; БЕГАТЬ С МАКСИМАЛЬНОЙ СКОРОСТЬЮ (ДО 60 М)</i>	Регулятивные: коррекция - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: общеучебные - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: управление коммуникацией - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам
93		Сочетание различных видов ходьбы.	Цель: учить правильной технике бега в медленном темпе и переходу на шаг	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег (30 м). ОРУ. Подвижная игра «Воробы и вороны». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	<i>НАУЧАТСЯ:</i> <i>ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ХОДЬБЕ И БЕГЕ; БЕГАТЬ С МАКСИМАЛЬНОЙ СКОРОСТЬЮ (ДО 60 М)</i>	Регулятивные: целеполагание - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: общеучебные - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	Самоопределение — принятие образа хорошего ученика
94		Бег в	Цель:	Бег с	<i>НАУЧАТСЯ:</i>	Регулятивные: планирование	Самоопределение —

		заданном коридоре.	закреплять навыки разного вида бега	изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60 м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	<i>ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ХОДЬБЕ И БЕГЕ; БЕГАТЬ С МАКСИМАЛЬНОЙ СКОРОСТЬЮ (ДО 60 М)</i>	— составлять план и последовательность действий, контроль - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>осознание ответственности человека за общее благополучие</i>
95		Бег (60 м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь».	Цель: учить контролировать состояние своего здоровья; развитие скоростных способностей.	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег (60 м). ОРУ. Подвижная игра «День и ночь». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	<i>НАУЧАТСЯ: ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ХОДЬБЕ И БЕГЕ; БЕГАТЬ С МАКСИМАЛЬНОЙ СКОРОСТЬЮ (ДО 60 М)</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
96		Прыжок в длину с места.	Цель: учить выполнять прыжок с места, соблюдая правила безопасности и во время приземления	Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра «Парашютисты». Эстафеты.	<i>НАУЧАТСЯ: ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ПРЫЖКАХ; ПРИЗЕМЛЯТЬСЯ В ПРЫЖКОВУЮ ЯМУ НА ДВЕ НОГИ</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>
97		Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги	Цель: закреплять навык выполнения прыжка в длину, соблюдая правила безопасности и во время приземления	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. ОРУ. Подвижная игра «Кузнечики». Эстафеты.	<i>НАУЧАТСЯ: ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В ПРЫЖКАХ; ПРИЗЕМЛЯТЬСЯ В ПРЫЖКОВУЮ ЯМУ НА ДВЕ НОГИ</i>	Регулятивные: <i>планирование</i> — составлять план и последовательность действий, контроль - использовать установленные правила в контроле способа решений. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные:	<i>Самоопределение — осознание ответственности человека за общее благополучие</i>

						<i>планирование учебного сотрудничества - определять общую цель и пути ее достижения</i>	
98		Метание малого мяча в цель.	Цель: закреплять навык метания мяча в цель	Метание малого мяча в цель (2 × 2)с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	<i>НАУЧАТСЯ: ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В МЕТАНИИ; МЕТАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ ПРЕДМЕТЫ И МЯЧИ НА ДАЛЬНОСТЬ С МЕСТА ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ; МЕТАТЬ В ЦЕЛЬ.</i>	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. Коммуникативные: <i>управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<i>Самоопределение — социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам</i>
99		Метание малого мяча в цель.	Цель: закреплять навык метания мяча в цель	Метание малого мяча в цель (2 × 2)с 3-4 метров. ОРУ. Подвижная игра «Попади в мяч»..	<i>НАУЧАТСЯ: ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ОСНОВНЫЕ ДВИЖЕНИЯ В МЕТАНИИ; МЕТАТЬ РАЗЛИЧНЫЕ ПРЕДМЕТЫ И МЯЧИ НА ДАЛЬНОСТЬ С МЕСТА ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ; МЕТАТЬ В ЦЕЛЬ.</i>	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	<i>Самоопределение — принятие образа хорошего ученика</i>