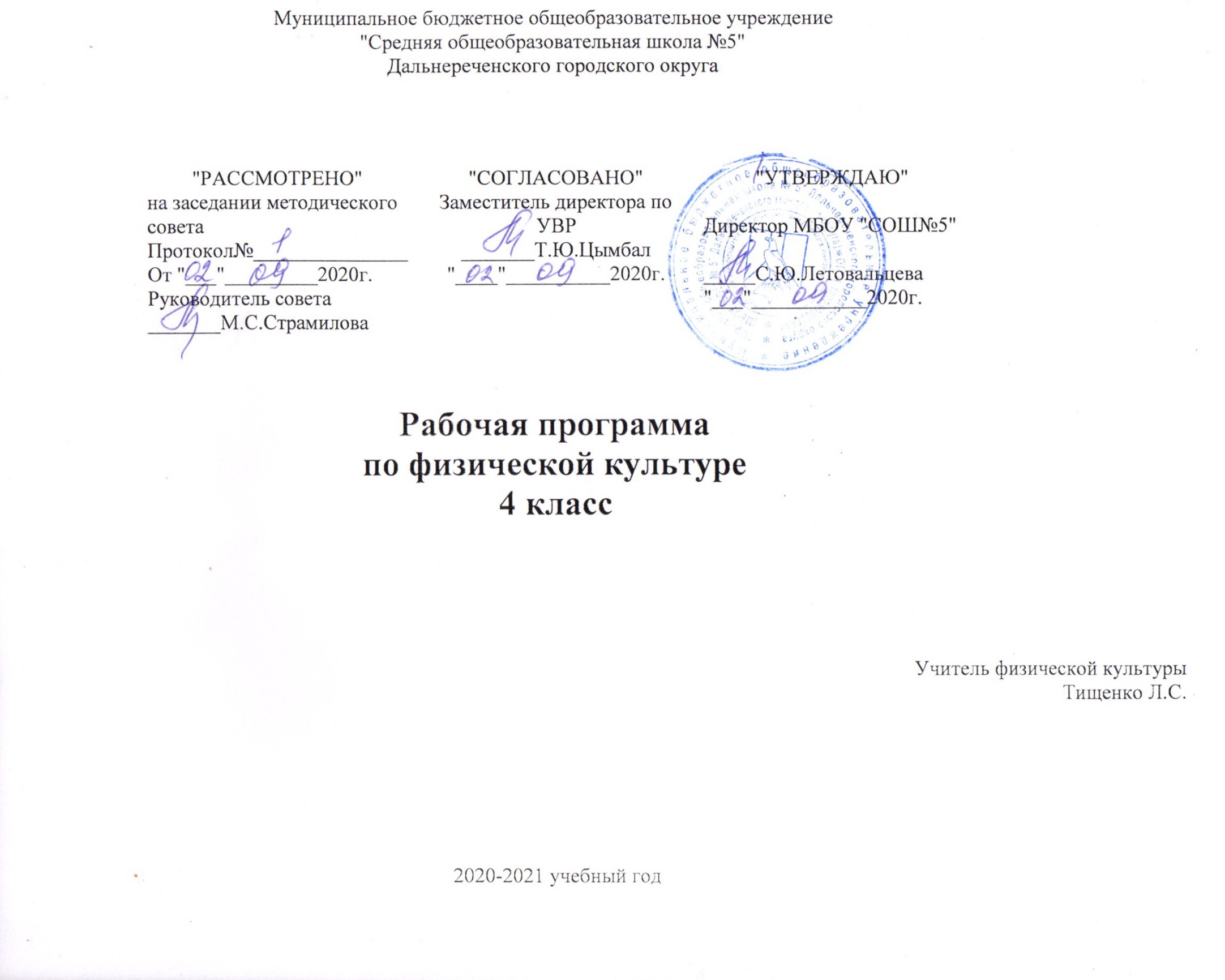
****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного стандарта начального общего образования, основана на программе по предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1-4 классы» (М:. Просвещение).

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА**

Физическая культура-это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. в сочетании с другими формами обучения-физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и тд) и второй половины дня (гимнастика, ПИ), внеклассной работой по физической культуре (секции, группы ОФП)-достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических качеств, но и духовных способностей ребенка.

**Цель обучения**-формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Задачи обучения:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

**-** формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных способностей;

-формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах, инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

-приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, в том числе:

-требованиях к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте.

**ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (приказ Минобрнауки России от 6.10.2009г. №373) данная рабочая программа для 3 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты:**

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

– формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

– развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

 – формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные результаты:**

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной  учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Планируемые результаты**

По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

 – излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

– использовать физическую культуры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

– измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

– организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

– соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

– организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

– характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;

– выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;

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

– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

**ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

**Способы физкультурной деятельности**

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в волейбол (пионербол), баскетбол. Развитие выносливости во время бега. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

**ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

**Гимнастика с основами акробатики**

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по наклонной скамейке; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

**Легкая атлетика**

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

**Подвижные игры**

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Третий лишний», «Перестрелка», «Кто дальше бросит», «Вызов номеров».

На материале спортивных игр:

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх;; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

**РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Раздел программы | Кол-во часов на разделы программы |
|  | Основы знаний о физической культуре. ТБ | В процессе учебного года |
| 1 | Легкая атлетика | 31 |
| 2 | Баскетбол | 14 |
| 3 | Волейбол (пионербол) | 14 |
| 4 | Гимнастика | 6 |
| 5 | Кроссовая подготовка | 3 |
|  | **Всего часов** | **68** |

**Методика оценки успеваемости.**

*По основам знаний*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Средний | Низкий |  |
| Оценка | «5» | «4» | «3» | «2» |
| Знания | За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя примеры из практики или своего опыта | За ответ, если в нем содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки | За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике | За непонимание и незнание материала программы |

*По технике владение двигательными умениями и навыками*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Средний | Низкий |  |
| Оценка | «5» | «4» | «3» | «2» |
| Знания | Двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), четко, легко, в надлежащем ритме.  Ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив | При выполнении двигательного действия ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.  Двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движения | Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка, приведших к неуверенному или напряженному выполнению |

**УМК УЧИТЕЛЯ**

- Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2009 г.

-Рабочая программа «Физическая культура» к УМК В.И.Ляха. 3 класс-М. «ВАКО»

- Интернет-ресурсы

**УМК ОБУЧАЮЩЕГОСЯ:**

 -Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2006.

-Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2006.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ уро-ка** | **Дата проведения** | | **Тема урока** | **Тип урока** | **Технологии** | **Решаемые проблемы** | **Виды деятельности (элементы содержания, контроль)** | **Планируемые результаты** | | | Комментарий учителя |
| **план** | **факт** | **Предметные** | **Метапредметные УУД** | **Личностные УУД** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| **I четверть**  **Легкая атлетика (18ч)** | | | | | | | | | | | |
| 1 |  |  | Вводный инструктаж. Инстр.№183,211  Организационно-методические требования на уроках физической культуры | Комб | Здоровьесбере-жения, информационно-коммуникационные, коллективного выполнения заданий | Ознакомление учеников организационно-методическими требованиями, повторение строевых упражнений, повторение техники высокого старта, Скоростная эстафета до 30м | Организационно-методические требования на уроках физической культуры, строевые упражнения, высокий старт, эстафета. | Знать, какие Организационно-методические требования применяются на уроках физической культуры, как выполнять строевые упражнения, технику высокого старта | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга, работать в группе.  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:***рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, технику высокого старта | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. |  |
| 2 |  |  | Ходьба, бег, прыжки | **К** | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | Разучивание беговой разминки, изменение длины и частоты шага. Повторение техники высокого старта. Проведение тестирования бега на 30м с высокого старта, Бег на выносливость до 4 мин. | Беговая разминка Эстафеты. **Тестирование бега на 30м с высокого старта**. Бег на выносливость до 4 мин. | Знать, как проводится тестирование бега на 30м с высокого старта | ***Коммуникативные:***с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:***проводить тестирование бега на 30м с высокого старта | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы. |  |
| 3 |  |  | Комб | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | ОРУ со скакалкой, Разучивания прыжковых упражнений, различных многоскоков, техника подтягивания. Бег на выносливость до 4 мин. | ОРУ со скакалкой, прыжковые упражнения, различные многоскоки, техника подтягивания. Бег на выносливость до 4 мин | Знать, как проходит беговая разминка, как выполняются прыжковые упр, многоскоки | ***Коммуникативные:***слушать и слышать друг друга, работать в группе.  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:***выполнять беговую разминку, многоскоки, прыжковые упр, подтягивания | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. |  |
| 4 |  |  | **К** | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | Проведение разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину, проведение тестирования прыжка в длину с места. ПИ, Бег до 4 мин | Разминка, направленная на подготовку к прыжкам в длину, **тестирование прыжка в длину с места.** ПИ, бег | Знать, как проводится тестирование прыжка в длину с места, правила ПИ | ***Коммуникативные:***добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:***проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в ПИ | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы. |  |
| 5 |  |  | **К** | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | Проведение разминки в круге, беговой разминки, принять на результат бег 60 м. ПИ, бег до 4 мин | ОРУ, СБУ. **Бег 60м (к),** ПИ, бег до 4 мин | Знать, как проводится УЧЕТ БЕГА НА 60М | ***Коммуникативные:***добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** выполнять бег на 60м, ПИ | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы. |  |
| 6 |  |  |  | Изучение нового материала | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | Разучивание разминки со скакалкой, разучивание техники метания мяча на дальность с места. ПИ. Бег до 6 мин. | Разминка со скакалкой. Метания малого мяча на дальность с места. ПИ, бег до 6 мин | Знать, как производится метания мяча на дальность, правила ПИ, | ***Коммуникативные:*** работать в группе, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные: выполнять*** метание на дальность, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |  |
| 7 |  |  |  | **К** | Здоровьесбере-жения, развитие исследовательских навыков, коллективного выполнения заданий | Разучивание разминки при ходьбе, совершенствование техники метания мяча на дальность с места. Проведение тестирования шестиминутного бега. ПИ. Бег | Разминка при ходьбе. Метания малого мяча на дальность с места. **Бег 6 минут (тест).** ПИ. Бег | Знать, как производится метания мяча на дальность, контроль бега 6 минут, правила ПИ | ***Коммуникативные:*** работать в группе, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу.  ***Познавательные:***выполнять метание на дальность с места, играть в ПИ, | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе. |  |
| 8 |  |  | **К** | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение беговой разминки, проведение контроля метания мяча на дальность, эстафеты высокой активности, бег на выносливость | Беговая разминка, **метание мяча на дальность (к)**, эстафеты высокой активности, бег на выносливость | Знать, как проходит метания мяча на дальность, правила эстафет высокой активности | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:***адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** проходить контроль метания мяча на дальность | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |  |
| 9 |  |  |  | Изучение нового материала | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание разминки, направленной на подготовку к прыжкам в длину с разбега. ПИ и эстафеты. Развитие выносливости | Разминка, направленная к прыжкам в длину с разбега. ПИ и эстафеты. Бег на выносливость | Знать, технику прыжка в длину с разбега, правила эстафет | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:***прыгать в длину с разбега, играть в ПИ и эстафеты | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 10 |  |  | Комб | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание ОРУ, СБУ. Прыжок в длину с разбега. Подбор шага в разбеге. Отталкивание, приземление. ПИ и эстафеты. Развитие выносливости | ОРУ, СБУ. Прыжок в длину с разбега, подбор шагов, отталкивание, приземление. ПИ и эстафеты. Развитие выносливости | Знать, правила выполнения отталкивания в прыжках, правила эстафет | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:***разбегаться и отталкиваться и приземляться в прыжках в длину с разбега, играть в ПИ и эстафеты | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 11 |  |  |  | **К** | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Разучивание разминки, контроль прыжка в длину с разбега. ПИ и эстафеты. Развитие выносливости | ОРУ, СБУ. **Прыжки в длину с разбега (к).** ПИ и эстафеты. Развитие выносливости | Знать, как проходит контроль прыжка в длину с разбега, правила эстафет | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:***прыгать в длину с разбега, играть в ПИ и эстафеты | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 12 |  |  |  | Комб | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | ОРУ в движении. СБУ. Бег с препятствиями. ПИ. Бег на выносливость | ОРУ в движении. СБУ. Бег с препятствиями. ПИ. Бег на выносливость | Знать, как выполнять ОРУ и СБУ, бег с препятствиями | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:***бегать с преодолением препятствий | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 13 |  |  | Изучение нового материала | Здоро-жения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания | Разучивание разминки в движении, повторение техники челночного бега, ПИ «Заяц без дома» | Разминка в движении, челночный бег 3\*10, ПИ | Знать технику выполнения челночного бега, ПИ | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  ***Регулятивные:***видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** технично выполнять челночный бег, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 14 |  |  | **К** | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение разминки в движении, проведение контроля челночного бега 3\*10, ПИ и эстафеты | Разминка в движении, **челночный бег 3\*10 (к)**, ПИ | Знать, как проходит контроль челночного бега 3\*10, ПИ | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  ***Регулятивные:***видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** технично выполнять челночный бег, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 15 |  |  | Комб | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | ОРУ в круге, подтягивание. Бег 2000 м без учета времени. ПИ | ОРУ в круге; Бег 1000 м без учета времени. ПИ | Знать, как проводится бег на 2000 м | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:*** бегать на длинные дистанции, играть в ПИ и эстафеты | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 16 |  |  |  | Комб | Здоро-жения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания | Разучивание разминки со скакалкой, круговая тренировка (5 станций) | Разминка со скакалкой, круговая тренировка (5 станций) | Знать правила круговой тренировки, ПИ | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  ***Регулятивные:***видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** выполнять круговую тренировку, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 17 |  |  |  | Комб | Здоро-жения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания | ОРУ, ПИ «Заяц без дома», «Третий лишний». Эстафеты до 30м | ОРУ, ПИ «Заяц без дома», «Третий лишний». Эстафеты до 30м | Знать правила ПИ | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  ***Регулятивные:***видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 18 |  |  | Подвижные игры для зала | Комб | Здоро-жения, развивающего обучения, коллективного выполнения задания | Повторение ОРУ со скакалкой. ПИ «Мы веселые ребята», «Совушка», «Посадка картошки» | ОРУ со скакалкой. ПИ | Знать, правила ПИ | ***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности  ***Познавательные:*** прыгать в длину с разбега, играть в ПИ и эстафеты | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| **II четверть (14ч)** | | | | | | | | | | | |
| 19/1 |  |  | БАСКЕТБОЛ  ТБ. Инстр№267 | Изучение нового мат-ла | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | Разучивание разминки с мячом на месте, ознакомление с видами передач мяча, ловлей, бросков мяча. Упрощенные правила игры «Баскетбол» | Разминка с мячом на месте. Виды передач, ловля, броски, правила игры | Знать, какие виды бросков существуют, основные правила игры в баскетбол | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни. |  |
| 20/2 |  |  | Ловля и передача мяча | Изучение нового мат-ла | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ в круге. Разучивание ловли и передачи мяча на месте. Эстафеты с баскетбольным мячом. Игра по упрощенным правилам | ОРУ в круге. Ловля и передачи мяча на месте. Эстафеты. Игра в баскетбол. | Знать, как осуществляются ловля и передачи мяча, упрощенные правила баскетбола | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно осуществлять броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 21/3 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ в круге. Разучивание ловли и передачи мяча на месте. Эстафеты с баскетбольным мячом. Игра по упрощенным правилам | ОРУ в круге. Ловля и передачи мяча на месте. **Подтягивание м (к)**. Эстафеты. Игра в баскетбол. | Знать, как осуществляются ловля и передачи мяча, упрощенные правила баскетбола | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно осуществлять броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 22/4 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ в круге. Контроль передач мяча. Эстафеты с баскетбольным мячом. Игра по упрощенным правилам | ОРУ в круге. **Контроль передачи мяча** на месте. Эстафеты. Игра в баскетбол. | Знать, как осуществляются передачи мяча, упрощенные правила баскетбола | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно осуществлять передачи мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 23/5 |  |  | Ведение мяча | Изучение нового мат-ла | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Повторение передач мяча в парах. Ведение мяча на месте правой и левой рукой. ПИ «10 передач». Упрощенная игра в баскетбол. | ОРУ со скакалкой. Передачи мяча в парах. Ведение мяча на месте. Игра в баскетбол. ПИ «10 передач» | Знать, как осуществляется ведение мяча, уметь передавать мяч на расстоянии | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 24/6 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Повторение передач мяча в тройках. Ведение мяча на месте правой и левой рукой. ПИ «10 передач». Упрощенная игра в баскетбол. | ОРУ со скакалкой. Передачи мяча в тройках с перемещением. Ведение мяча на месте. Игра в баскетбол. ПИ «10 передач» | Знать, как осуществляется ведение мяча, уметь передавать мяч на расстоянии с перемещением | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 25/7 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ типа зарядки. Повторение передач мяча в тройках. Ведение мяча в движении правой и левой рукой. ПИ «10 передач». Упрощенная игра в баскетбол. | ОРУ типа зарядки. Передачи мяча в тройках. Ведение мяча в движении правой и левой рукой. Игра в баскетбол. ПИ «10 передач» | Знать, как осуществляется ведение мяча в движении правой и левой рукой, уметь передавать мяч на расстоянии | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять ведение мяча, броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 26/8 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ в движении. Повторение передач мяча в парах. ПИ «10 передач». Упрощенная игра в баскетбол. | ОРУ в движении. Передачи мяча в парах. **Контроль ведения мяча в движении правой и левой рукой**. Игра в баскетбол. ПИ «10 передач» | Знать, как осуществляется ведения мяча в движении правой и левой рукой, уметь передавать мяч на расстоянии | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять ведение мяча в движении, броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 27/9 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ типа зарядки. Ведение мяча в движении. Совершенствование передач мяча. Эстафеты. ПИ «10 передач» | ОРУ типа зарядки. Ведение мяча в движении.  Передачи мяча. ПИ и эстафеты. | Знать, как осуществляется ведение мяча., уметь играть в ПИ | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять ведение мяча в движении, броски, ловлю мяча, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 28/10 |  |  | Комб | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | ОРУ. Совершенствование передач. Броски мяча об щит. ПИ. Выполнять упражнения на пресс. | ОРУ. Передачи мяча. Броски мяча об щит. Упр на пресс. ПИ | Знать, как выполняются броски мяча об щит. Уметь выполнять упр на пресс. | ***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.  ***Познавательные:*** правильно осуществлять передачи мяча, броски, , играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять упр на пресс | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 29/11 |  |  | Прыжки через скакалку за 1 минуту | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ. Выполнение прыжков через скакалку за 1 мин. Передачи мяча в движении. ПИ | ОРУ. **Прыжки через скакалку за 1 минуту.** **(к).** Передачи мяча. ПИ | Знать, как выполняются прыжки через скакалку за 1 минуту. | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно осуществлять прыжки через скакалку, играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 30/12 |  |  |  | Изучение нового материала. | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Ведение мяча. Передачи мяча. Разучивание броска мяча снизу по кольцу. Баскетбол по упрощенным правилам. | ОРУ со скакалкой. Ведение и передачи мяча. Бросок мяча снизу по кольцу. Баскетбол. | Знать, как правильно выполняется бросок мяча снизу по кольцу. . Уметь играть в баскетбол | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно выполнять бросок мяча снизу по кольцу. ., играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 31/13 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информационно-коммуникативные | ОРУ типа зарядки. Ведение мяча с изменением направления. Передачи мяча. Разучивание выполнения штрафного броска. Баскетбол по упрощенным правилам. | ОРУ типа зарядки. Ведение и передачи мяча. Бросок мяча снизу по кольцу. Баскетбол. | Знать, как правильно выполняется штрафной бросок. Уметь играть в баскетбол | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** правильно выполнять штрафной бросок., играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 32/14 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, | ОРУ в движении. Выполнение сочетания приемов (ведение-остановка-передача). Двухсторонняя игра. | ОРУ в движении. Сочетания приемов (ведение-остановка-передача). Двухсторонняя игра. | Знать, как играть в баскетбол | ***Коммуникативные***слушать и слышать друг друга и учителя  ***Регулятивные:***самостоятельно формулировать познавательные цели, ***Познавательные:*** играть в баскетбол по упрощенным правилам | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| **III четверть (20ч)** | | | | | | | | | | | |
| 33/1 |  |  | Волейбол (Пионербол). ТБ Инстр.№30. Волейбол как вид спорта | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Разучивание передач мяча в парах, знакомство с волейболом, как видом спорта. Разучивание волейбольных упр в парах. Повторение ПИ «Пионербол» | ОРУ. Работа с мячами в парах. Спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения. ПИ «Пионербол» | Знать, волейбол, как вид спорта, какими бывают волейбольные упр. Правила ПИ «Пионербол». | ***Коммуникативные***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в ПИ «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 34/2 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Разучивание передач мяча в парах, знакомство с волейболом, как видом спорта. Разучивание волейбольных упр в парах. Повторение ПИ «Пионербол» | ОРУ. Работа с мячами в парах. Спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения. ПИ «Пионербол» | Знать, волейбол, как вид спорта, какими бывают волейбольные упр. Правила ПИ «Пионербол». | ***Коммуникативные***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в ПИ «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 35/3 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Разучивание передач мяча в парах, знакомство с волейболом, как видом спорта. Разучивание волейбольных упр в парах. Повторение ПИ «Пионербол» | ОРУ. Работа с мячами в парах. Спортивная игра «Волейбол», волейбольный упражнения. ПИ «Пионербол» | Знать, волейбол, как вид спорта, какими бывают волейбольные упр. Правила ПИ «Пионербол». | ***Коммуникативные***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в ПИ «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 36/4 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Разучивание передач мяча в парах, Разучивание волейбольных упр в парах. Повторение ПИ «Пионербол» | ОРУ. **Передачи мяча в парах** волейбольные упражнения. ПИ «Пионербол» | Знать, волейбол, как вид спорта, какими бывают волейбольные упр. Осуществляется контроль передач мяча в парах. Правила ПИ «Пионербол». | ***Коммуникативные***: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.  ***Регулятивные:***осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять волейбольные упражнения и играть в ПИ «Пионербол» | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося |  |
| 37/5 |  |  | Броски мяча через в/сетку | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Разучивание техники броска мяча через сетку., проведение ПИ «Вышибалы через сетку» | ОРУ со скакалкой. Техника бросков мяча **(к)**через сетку. ПИ «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполняются передачи мяча через сетку, правила игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 38/6 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Разучивание техники броска мяча через сетку., проведение ПИ «Вышибалы через сетку» | ОРУ со скакалкой. Техника бросков мяча через сетку. ПИ «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполняются передачи мяча через сетку, правила игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 39/7 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ со скакалкой. Разучивание техники броска мяча через сетку., проведение ПИ «Вышибалы через сетку» | ОРУ со скакалкой. **Техника бросков мяча через сетку. (к)** ПИ «Вышибалы через сетку» | Знать, как выполняются передачи мяча через сетку, правила игры «Вышибалы через сетку» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 40/8 |  |  | Пионербол | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | Выполнение разминки. Броски мяча в парах. Подтягивание. ПИ «Пионербол» | Разминка. Броски мяча в парах. Подтягивание. ПИ «Пионербол» | Знать, как играть в «Пионербол» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 41/9 |  |  | **К**С | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | Выполнение разминки. Броски мяча в парах. Подтягивание. ПИ «Пионербол» | Разминка. Броски мяча в парах. **Отжимание (к)** . ПИ «Пионербол» | Знать, как играть в «Пионербол» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 42/10 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | Выполнение разминки. Броски мяча в парах. Подтягивание. ПИ «Пионербол» | Разминка. Броски мяча в парах. Подтягивание. ПИ «Пионербол» | Знать, как играть в «Пионербол» | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 43/11 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | Знать, как играть в Пионербол, выполнение заданий с в/б мячом. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, выполнять эстафеты на скорость, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 44/12 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | ОРУ с гимнастической палкой. Упр на пресс. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | Знать, как играть в Пионербол, выполнение заданий с в/б мячом. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, выполнять эстафеты на скорость, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 45/13 |  |  | КС | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | Знать, как играть в Пионербол, выполнение заданий с в/б мячом. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.  ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, выполнять эстафеты на скорость, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 46/14 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, педагогики сотруд-ва, информ-но-коммуникативные | ОРУ. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. | ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты с в/б мячом. Пионербол. **Пресс за 30 сек (к)**. | Знать, как играть в Пионербол, выполнение заданий с в/б мячом. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:***контролировать свою деятельность ***Познавательные:*** бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, выполнять эстафеты на скорость, играть | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 47/15 |  |  | Гимнастика. ТБ Инстр№.\_\_.  Кувырок вперед. | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | Разминка на матах. Повторение группировки и перекатов. Техника выполнения кувырка вперед. ПИ «Удочка» | Разминка на матах. Группировки и перекаты. Техника выполнения кувырка вперед. ПИ «Удочка» | Знать технику выполнения кувырка вперед, правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 48/16 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | Разминка на матах. Повторение группировки и перекатов. Техника выполнения кувырка вперед. ПИ «Удочка» | Разминка на матах. Группировки и перекаты. Техника выполнения кувырка вперед. ПИ «Вышибалы» **Прыжки со скакалкой за 1 минуту (к).** | Знать технику выполнения кувырка вперед, правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 49/17 |  |  | Кувырок назад | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | Разминка с гимнастической палкой. Разучивание кувырка назад. Стойка на лопатках «Березка». ПИ «Вышибалы» | Разминка с гимнастической палкой. Кувырок назад. Стойка на лопатках «Березка». ПИ «Вышибалы» | Знать технику кувырка назад, правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок назад, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 50/18 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | Разминка с гимнастической палкой. Разучивание кувырка назад. Стойка на лопатках «Березка». ПИ «Вышибалы» | Разминка с гимнастической палкой. Кувырок назад. Стойка на лопатках «Березка». ПИ «Вышибалы» | Знать технику кувырка назад, правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок назад, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 51/19 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ типа зарядки. Контроль сочетания приемов (кувырок вперед-кувырок-назад-стойка на лопатках). Пионербол. | ОРУ типа зарядки. Сочетание приемов **(кувырок вперед-кувырок-назад-стойка на лопатках).** Пионербол. | Знать технику кувырка вперед и назад, правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед, назад, стойку на лопатках играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 52/20 |  |  | Мост из положения лежа | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ в движении. Разучивание упражнения «Мост» из положения лежа. Пионербол. | ОРУ в движении. **(кувырок вперед-кувырок-назад-стойка на лопатках).)** «Мост» из положения лежа. Пионербол. | Знать технику выполнения упражнения «Мост», правила ПИ | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять «Мост» из положения лежа, играть в Пионербол | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| **IV четверть (16ч)** | | | | | | | | | | | |
| 53/1 |  |  | Легкая атлетика. ТБ. Инстр№183,211  Прыжок в высоту с бокового разбега | Комб | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | ОРУ со скакалкой. Разучивание прыжка в высоту с бокового разбега в три шага. ПИ | ОРУ со скакалкой. Различные прыжковые упр. Челночный бег 3\*10. ПИ | Знать технику прыжка в высоту с бокового разбега в три шага | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** прыгать в высоту с бокового разбега, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 54/2 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | ОРУ со скакалкой. Разучивание прыжка в высоту с бокового разбега в три шага . ПИ | ОРУ со скакалкой. Прыжковые упр. Челночный бег 3\*10. ПИ | Знать технику прыжка в высоту с бокового разбега в три шага | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 55/3 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | ОРУ Разучивание прыжка в высоту с бокового разбега в три шага . ПИ | ОРУ. Прыжок в высоту с бокового разбега в три шага .  **челночный бег 3\*10 (к)** | Знать технику прыжка в высоту с бокового разбега в три шага | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации  ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** прыгать в высоту с прямого разбега, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 56/4 |  |  |  | **К** | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | Повторение разминки в движении, проведение контроля челночного бега 3\*10, ПИ и эстафеты | Разминка в движении, Прыжки в высоту с разбега способом Перешагивание. Бег до 3 мин. ПИ | Знать, как проходит контроль челночного бега 3\*10, ПИ | ***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.  ***Регулятивные:***видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** технично выполнять челночный бег, играть в ПИ | Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки |  |
| 57/5 |  |  |  | Комб | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Бег в коридоре с максимальной скоростью до 30м. Эстафеты. Бег до 3 мин. | ОРУ. СБУ. Бег с максимальной скоростью до 30м. **Прыжки в высоту с разбега способом Перешагивание (к)** Бег до 3 мин. | Знать, как выполняется бег с максимальной скоростью до 30м. | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять максимально бег до 30м, бегать на выносливость | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 58/6 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, поэтапного формирования умственных действий, проблемного обучения | ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Бег 60м. Эстафеты. Бег до 3 мин. | ОРУ. СБУ. Бег 60м. Бег до 3 мин. | Знать, как выполняется бег с максимальной скоростью до 60м. | ***Коммуникативные***: сотрудничать в ходе групповой работы  ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.  ***Познавательные:*** выполнять максимально бег до 60м, бегать на выносливость | Развитие мотивов учебной деятельности, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях |  |
| 59/7 |  |  | **К** | Здоровьесбере-жения, коллективного выполнения заданий | Проведение разминки в круге, беговой разминки, принять на результат бег 60 м. ПИ, бег до 4 мин | ОРУ, СБУ. **Бег 60м (к),** ПИ, бег до 4 мин | Знать, как проводится УЧЕТ БЕГА НА 60М | ***Коммуникативные:***добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:***адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** выполнять бег на 60м, ПИ | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободы. |  |
| 60/8 |  |  | Метание малого мяча | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ. Повторение техники метания малого мяча на дальность. Эстафеты. Бег 3 минуты. | ОРУ. Техника метания малого мяча на дальность. Эстафеты. Бег 3 минуты. | Знать технику метания малого мяча на дальность. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять технику метания мяча на дальность, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 61/9 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ. Повторение техники метания малого мяча на дальность. Эстафеты. Бег 3 минуты. | ОРУ. Техника метания малого мяча на дальность. Эстафеты. Бег 3 минуты. | Знать технику метания малого мяча на дальность. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.  ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять технику метания мяча на дальность, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 62/10 |  |  | **К** | Здоро-жения, самоанализа и коррекции действий, развития навыков самодиагностики | Повторение беговой разминки, проведение контроля метания мяча на дальность, эстафеты высокой активности, бег на выносливость | Беговая разминка, **метание мяча на дальность** эстафеты высокой активности, бег на выносливость | Знать, как проходит метания мяча на дальность, правила эстафет высокой активности | ***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга  ***Регулятивные:***адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель  ***Познавательные:*** проходить контроль метания мяча на дальность | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях |  |
| 63/11 |  |  | Прыжок в длину с разбега | Комб | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ в движении. Повторение техники прыжка в длину с разбега. ПИ. Бег до 4 минут. | ОРУ в движении.  **метание мяча на дальность (к)**, Техника прыжка в длину с разбега. ПИ. Бег до 4 минут. | Знать, как выполняется прыжок в длину с разбега. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять технику прыжка в длину с разбега, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 64/12 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ в движении. Повторение техники прыжка в длину с разбега. ПИ. | ОРУ в движении. Техника прыжка в длину с разбега. ПИ. | Знать, как выполняется прыжок в длину с разбега. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять технику прыжка в длину с разбега, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 65/13 |  |  | **К** | Здоровьесбережения, индивидуально-личностного обучения, развивающего обучения | ОРУ. СБУ ПИ. Бег до 4 минут. **Бег 6 минут (тест)** | ОРУ. СБУ**.** ПИ. Бег до 4 минут. **Бег 6 минут (тест)** | Знать, как проходит контроль прыжка в длину с разбега. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять контроль прыжка в длину с разбега, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 66/14 |  |  | **К**С | Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний | ОРУ. Беговые упражнения. Полоса препятствий. **Прыжок в длину с места (тест).** Бег на выносливость. | ОРУ со скакалкой. Беговые упражнения. Полоса препятствий. Бег на выносливость. **Прыжок в длину с места (тест).** | Знать, как проходить полосу препятствий. | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять полосу препятствий, бегать на выносливость | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 67/15 |  |  | **К**С | Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний | Разминка, направленная на бег. **Бег 30м (ТЕСТ).** Эстафеты. ПИ | Разминка. Эстафеты. ПИ **Бег 30м (ТЕСТ).** | Знать правила эстафет и ПИ | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять правила ПИ и эстафет | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |
| 68/16 |  |  | Комб | Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний | ОРУ в кругу. Подвижные игры на свежем воздухе. | ОРУ в кругу. Подвижные игры на свежем воздухе. | Знать правила подвижных игр | ***Коммуникативные***: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию  ***Познавательные:*** выполнять правила ПИ | Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности |  |