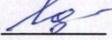
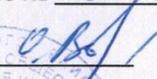


Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение

«Тарутинская средняя школа»

Согласовано: зам. директора по УВР Лавринович С.Ф.   « 2 » августа 2017 г	Утверждено Приказ по школе № <u>03-01-18/80</u> Войшель О.А.  От « 2 » августа 2017 г
--	---



Рабочая программа

«Физическая культура»

6 класс, базовый уровень

Учитель Лещенков В.А.

п. Тарутино

2017 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету “Физическая культура” для 6 классов общеобразовательной школы базового уровня, разработана на основе нормативных правовых документов:

ФГОС ООО утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;

Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения, М. “Просвещение”, 2011;

Примерные программы по учебным предметам Физическая культура 5 – 9 классы М. “Просвещение”, 2010;

Федеральный закон “О физической культуре и спорте в РФ” от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).

Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009г. № 1101-р.

О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

Программа ориентирована на использование учебника “Физическая культура 6 класс” А.П. Матвеев, М., “Просвещение”, 2011

### **Общая характеристика учебного предмета.**

Согласно концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001), учебный предмет “Физическая культура” является один из видов культуры человека и общества, в основании которого лежит *двигательная (физкультурная) деятельность*. Данная деятельность характеризуется целенаправленным развитием и совершенствованием духовных и природных сил человека и выступает как условие и результат формирования физической культуры личности.

Образовательная область “Физическая культура” призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области у учащихся формируется целостное представление о физической культуре как социальном явлении, единстве биологического,

психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы.

*Целью* школьного образования по физической культуре является 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. В основной школе данная цель конкретизируется и определяет направленность образовательного процесса на формирование устойчивых мотивов и потребности школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостное развитие физических, духовных и нравственных качеств, творческий подход в организации здорового образа жизни.

В рамках реализации этой цели образовательный процесс по физической культуре в основной школе ориентируется на решение *следующих задач*:

в укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;

формирование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников по физической культуре, настоящая программа в своём предметном содержании направлена на:

реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса

(спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы); реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся; соблюдение дидактических правил “от известного к неизвестному” и “от простого к сложному”, ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности; в расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов; усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

### **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета “физическая культура”**

Содержание учебного предмета “Физическая культура” направлено на воспитание высококонрастных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

### **Место предмета “физическая культура” в базисном учебном плане.**

Согласно Базисному учебному плану основного общего образования на обязательное изучение всех учебных тем программы по предмету физическая культура в 6 классах отводится 102 ч.

### **Адресность**

Данная программа разработана для обучающихся 6-х классов муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы.

## **Формы организации образовательного процесса.**

Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

*Уроки физической культуры* — это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. В основной школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью. В целом каждый из типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности должен включать школьников в различные формы самостоятельной деятельности (самостоятельные упражнения и учебные задания).

*Основные методы* (продуктивные и репродуктивные и т.д.) работы на уроке: словесный; демонстрации; разучивания упражнений; совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств; игровой и соревновательный.

В работе используются разные *формы* организации деятельности учащихся на уроке — индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, круговая, дифференцированная и варьируются виды деятельности в рамках одного урока. В этом возрасте рекомендуется применять метод индивидуальных занятий, дополнительных упражнений, заданий по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей с учетом типа телосложения, склонностей, физической и технико-тактической подготовленности.

## **Система оценивания учащихся.**

Критериями оценки по физической культуре выступают качественные и количественные показатели.

Качественными показателями успеваемости являются: степень овладения программным материалом (знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности), систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями, ведение здорового образа жизни, способствует приобщение каждого школьника к ценностям физической культуры.

К количественным показателям успеваемости относятся сдвиги в показателях физической подготовленности (развитие основных физических качеств - способностей).

В соответствии с процессами обучения двигательным действиям, развития физических способностей оценка успеваемости включает в себя виды учета: предварительный, текущий и итоговый.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Оценка успеваемости складывается главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений учащихся и сформированности качественных универсальных способностей. Особое внимание заслуживает систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями и интерес, проявляемый при этом, умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями. При оценке достижений учеников в большей мере следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей.

#### **Учебно-тематический план**

Учебные разделы и темы	Кол-во часов
Знания о физической культуре.	4
Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности	1
Физическое развитие человека, основные показатели.	1
Физическая культура человека (режим дня, утренняя гимнастика, физкультминутки, закаливание)	2
Способы двигательной (физкультурной) деятельности.	3
	1

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой Оценка эффективности занятий физической культурой	2
Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-оздоровительная деятельность	95 78
<i>Легкая атлетика</i>	27
<i>Гимнастика с основами акробатики</i>	22
<i>Лыжные гонки</i>	20
<i>Спортивные игры</i>	
Волейбол	14
Баскетбол	19
Интегрированная подготовка, развитие физических качеств	
Всего часов	102

## Содержание программы

### **Знания о физической культуре (4 часа).**

*История физической культуры* Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека

### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности (3 часа).**

*Организация и проведение занятий физической культурой.*

*Оценка эффективности занятий физической культурой*

### **Физическое совершенствование (98 часов).**

*Физкультурно-оздоровительная деятельность.* Комплексы упражнений для развития гибкости и координации движений, для формирования правильной осанки с учетом индивидуальных особенностей физического развития. Комплексы упражнений для коррекции телосложения. Комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

*Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.*

*Гимнастика с основами акробатики (18 ч).* Организующие команды и приемы: перестроение в движении из колонны по одному в колонну по 2 и 4 дроблением и сведением; перестроение в движении из колонны по 2 и 4 в колонну по одному разведением и слиянием. Кувырок вперед (назад) в группировке; кувырок вперед ноги скрестно с последующим поворотом на 180°; кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат. Опорные прыжки: прыжок ноги врозь через гимнастического козла в ширину (*мальчики*); прыжок на гимнастического козла в упор присев и соскок (*девочки*). Передвижения по напольному гимнастическому бревну (*девочки*): ходьба с различной амплитудой движений и ускорениями, поворотами и подскоками (на месте и в движении). Прикладные упражнения: передвижения ходьбой, бегом, прыжками по наклонной гимнастической скамейке; спрыгивание и запрыгивание на ограниченную площадку; преодоление прыжком боком гимнастического бревна с опорой на левую (правую) руку. Расхождение при встрече на гимнастическом бревне (низком и высоком — 1 м). Упражнения общей физической подготовки.

*Легкая атлетика (21 ч).* Высокий старт. Бег с ускорением. Бег на короткие дистанции (30 м и 60 м). Гладкий равномерный бег на учебные дистанции (протяженность дистанций регулируется учителем или учащимися). Прыжки: в длину с разбега способом “согнув ноги”. Метание малого мяча с места в вертикальную цель и на дальность с разбега. Упражнения общей физической подготовки.

*Лыжные гонки (18 ч).* Попеременный двухшажный ход. Повороты переступанием на месте и в движении. Подъем “полуелочкой”, “елочкой” и “лесенкой”. Спуск прямо и наискось в основной стойке. Торможение “плугом”. Прохождение учебных дистанций (протяженность дистанций регулируется учителем или учащимися). Упражнения общей физической подготовки.

*Спортивные игры (21 ч)*

Баскетбол. Упражнения без мяча: основная стойка, передвижение приставными шагами с изменением направления движения. Упражнения с мячом: ловля и передача мяча двумя руками от груди с места, с шагом, со сменой места после передачи; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места. Упражнения общей физической подготовки.

Футбол (мини-футбол). Упражнения без мяча: бег с изменением направления движения; бег с ускорением; бег спиной вперед; бег “змейкой” и по кругу. Упражнения с мячом: ведение мяча носком ноги и внутренней частью ' подъема стопы; удар с места и небольшого разбега по неподвижному мячу внутренней стороной стопы; остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы-Упражнения общей физической подготовки.

*Технико-тактические действия в избранном виде спорта (12 часов)*

Волейбол: Упражнения без мяча: основная стойка; передвижения приставным шагом вправо и влево; выход к мячу. Упражнения с мячом: прямая нижняя подача через сетку; прием и передача мяча снизу, прием и передача мяча сверху двумя руками (на месте и в движении приставными " шагами). Упражнения общей физической подготовки.

*Интегрированная подготовка, развитие физических качеств (8 часов)*

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

Результаты освоения программного материала по предмету “Физическая культура” в 6 классе оцениваются по трем базовым уровням, сходя из принципа “общее – частное - конкретное”, и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета “Физическая культура”. \

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения физической культуры, отражают:

воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

в формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению

дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;

развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

**Метапредметные результаты** характеризуют сформированность универсальных компетенций, проявляющихся в применении накопленных знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты отражаются прежде всего в универсальных умениях, необходимых каждому учащемуся и каждому современному человеку. Это:

умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;

умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе

согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета “Физическая культура”. Предметные результаты отражают:

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;

приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;

формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из

базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

*Результаты освоения программного материала по предмету “Физическая культура”:*

### **Знания о физической культуре**

*Выпускник научится:*

рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

*Выпускник получит возможность научиться:*

характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;

определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

*Выпускник научится:*

использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

*Выпускник получит возможность научиться:*

вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

## **Физическое совершенствование**

*Выпускник научится:*

выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);

выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;

выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;

выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

*Выпускник получит возможность научиться:*

выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Выпускник научиться демонстрировать

Физические качества	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Быстрота	Бег 60 метров с высокого старта, сек. Прыжки через скакалку в тах темпе, сек.	10.5 33	10.8 37
Сила	Подтягивание из виса девочки из виса “лежа”, кол-во раз. Прыжок в длину с места, см. Поднимание туловища из положения лежа на спине, за 30 сек., кол-во раз	4 - 160 25	- 10 145 20
Выносливость	Бег на 1000м., мин. Передвижение на лыжах 1 км., мин.	5.05 7.00	5.50 7.30
Координация движений	Челночный бег 4*9м., сек.	11.0	11.5

**Тематический план.**

**Прохождения учебного материала в 6 классе.**

№	дата	Тема урока	Тип урока	Вид контроля	Требования к уровню подготовки обучающихся	Планируемые результаты (личностные и метапредметные )	
						универсальные учебные действия (УУД)	Личностные УУД
1	Легкая	Ознакомление	вводны	Текущий	В	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формул	<i>Смыслообразо</i>

	атлетика	с правилами безопасности на уроках легкой атлетики. Контрольное троеборье	й		циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки);	ировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>вание</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2		Оценивание в беге на 30м с высокого старта.	Комплексный	Текущий	после быстрого разбега с 9-13 шагов совершать прыжок в высоту способом «перешагивание». В метаниях на дальность и на	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> <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		Закрепление техники старта с опорой на одну руку и	Комплексный	Текущий	меткость: метать малый мяч 150гр с места и разбега в	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> –	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать

		совершенство вание высокого старта.			горизонтальную и вертикальную цели.	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4		Проведение контроля за двигательной подготовленностью в развитии скоростно-силовых качеств (прыжок в длину с места).	учетный	зачет, тестирование		<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5		Совершенство вание техники старта с опорой на одну руку.	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> применять установленные правила в планировании способа решения задачи. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс в ходе	<i>Смыслообразование</i> – мотивация, самооценка на основе критериев

					<p>выполнения упражнений.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью.</p>	<p>успешной учебной деятельности.</p> <p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение</p>
6		<p>Оценивание техники старта с опорой на руку.</p> <p>Обучение метанию мяча с 2-3 шагов разбега.</p>	учетный	Зачет тестирования	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее</p>	<p><i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения</p>

					достижения	
7		Оценивание результата в беге на 60м. Проведение бега до 9мин для развития общей выносливости.	комплексный	текущий	<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> выбирать наиболее эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.</p> <p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – проявление доброжелательности</p>
8		Совершенствование техники метания мяча с разбега.	комплексный	текущий	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i>– предвосхищать результаты.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> –</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях</p>

						разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	
9		Совершенство вание техники прыжка в длину с разбега и провести учет.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание-преобразовывать</i> практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействующие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения</p>
10		Оценивание техники и результата в метании мяча 150гр с 2-3 шагов разбега. Бег до 11 мин.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения</p>	<p><i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</p>
11		Совершенство вание техники преодоления	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия.</p>	<p><i>Самоопределение</i> – принятие обр</p>

		полосы препятствий.				<p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – вести устный диалог по технике прыжка</p>	аза «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело
12		Оценивание результата в беге на 2000м. без учета времени	Изучение нового материала	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания</p>	<p><i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности.</p> <p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов</p>
13	Русская лапта	Техника безопасности во время проведения занятий по «Русской лапте». Выполнение специальных	Комплексный	текущий	Играть в одну из спортивных игр по выбору. Уметь правильно выполнять подачу мяча в лапте, ловлю	<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии</p>	<p><i>Самоопределение</i> – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения</p>

		беговых упражнений. Закрепление техники броска в неподвижную цель. Совершенствование техники передачи мяча на дальность.			мяча, осаливание, знать правила игры. Уметь правильно выполнять передачи мяча в баскетболе, ловлю мяча, правильно перемещаться	с содержанием учебного материала. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
14		Преодоление полосы препятствий. Совершенствование техники броска в неподвижную и движущуюся цель.	учетный	тестирование	с мячом, ударять в щит.	<b>Регулятивные:</b> <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. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
15		Совершенствование техники передачи мяча на дальность.	Изучение нового матери	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> – вносить	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность к

		Совершенство вание техники приема мяча летящего «свечой».	ала			необходимые изменения и дополнения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	саморазвитию
16		<b>Урок – игра.</b> «Основные приемы самоконтроля». Совершенство вание навыков передачи мяча с места, в движении (ловля и передача мяча в парах, в тройках). Русская лапта	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
17		Преодоление полосы препятствий. Закрепление техники ловли мяча двумя руками в прыжке. Совершенство	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – отличать способ действия и его результат; <i>коррекция</i> вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; узнавать,	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки . <i>Смыслообразо</i>

		вание навыков передачи мяча с места, в движении. Закрепление техники ударов способом «сбоку», «сверху»				выделять и использовать в действиях. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – вести устный диалог; строить понятные для партнера высказывания	<i>вание</i> – самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
18		<b>Урок – игра.</b> Совершенство вание техники передачи мяча на дальность. Русская лапта	учетный	тестирования		<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> – вносить изменения в план действия. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
19		Комплекс упражнений с малым мячом. Учет техники ударов способом «сбоку».	Совершенство вание ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помо	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, у

		Закрепление техники игры: удары битой по мячу в разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание игроков.				ЩЮ	чебно-познавательная, внешняя)
20		<b>Урок – соревнование</b> . Комбинации из освоенных элементов. Соревнования по Русской лапте.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной деятельности
21	баскетбол	Разучивание техники передвижений и остановку прыжком в баскетболе. Проведение эстафеты с баскетбольными мячами.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль</p>	Нравственно-этическая ориентация – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
22		Повторение техники передвижения	Совершенствование	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем.</p>	Самоопределение – внутренняя

		в баскетболе и остановку прыжком.	ЗУН			<p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения задач</p>	позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры
23		Разучивание передач мяча в парах и тройках с последующей сменой мест.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – использовать речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – применять правила и пользоваться инструкциями .</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	<i>Самоопределение</i> – проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой
24		Совершенствование техники передачи мяча со сменой мест. Закрепление передач мяча в парах и тройках.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> выполнять действия в соответствии споставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать</p>	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе успешной деятельности и показателей результатов

						собеседника	
25		Разучивание техники ведения мяча правой и левой рукой в шаге.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> выбирать действия в соответствии с поставленной Задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения.</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
26		Разучивание бросков по кольцу одной рукой с места. Совершенствование ведения мяча правой и левой рукой в шаге.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> применять установленные правила в планировании и способа решения.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> – слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь</p>	<i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
27		Разучивание бросков по кольцу одной рукой с места. Совершенствование ведения мяча правой и	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению

		левой рукой в шаге.				объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – строить для партнера понятные высказывания	
28	гимнастика	Инструктаж по техники безопасности на уроках гимнастики. Обучение кувырмам вперед и назад. Девочки - разучивание шагов «Польки» на бревне; мальчики – вис на перекладине	Изучение нового материала	текущий	Выполнять комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящую из шести элементов,; выполнять акробатическую комбинацию из четырех элементов,	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в измененной ситуации поставленных задач
29		Совершенство строевых упражнений: перестроение из одной колонны по два, по	Изучение нового материала	текущий	включающую кувырки вперед и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i>	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»

		четыре, восемь в движении. Обучение упражнениям в равновесии: ходьба на носках с ускорением, повороты на 180 градусов, выпады.			(мальчики), кувырок вперед и назад в полушпагат, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки), уметь выполнять стойку на	– задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	
30		Развитие гибкости. Прыжки «змейкой» через скамейку	Совершенствование ЗУН	текущий	руках, на голове, делать тройной кувырок вперед.	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – договариваться о распределении функций	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие
31		Упражнения в висе и упорах. Совершенствование упражнений в висах и упорах.	Совершенствование ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного</i>	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

						<p><i>сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения</i></p>	
32		<p>Повторение строевых упражнений. Разучивание ОРУ с гимнастическими палками. Закрепление техники упражнений в равновесии: выпады, повороты на носках на 180 градусов стоя на одной ноге</p>	<p>Совершенствование ЗУН</p>	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</p>
33		<p><b>Урок–соревнование</b>. Основы знаний: Страховка и помощь во время занятий. Соревнования</p>	<p>Совершенствование ЗУН</p>	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – составлять план и последовательность действий.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – адекватно</p>	<p><i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся к саморазвитию</p>

		по подтягиванию в висе на низкой перекладине.				использовать речь	
34		Повторение ОРУ с гимнастическими палками. Совершенствование техники упражнений в равновесии: выпады, повороты на 180 градусов, равновесие на одной ноге, соскок.	учетный	контроль		<p><b>Регулятивные:</b> оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание</p>	Смыслообразование – эмпирия как понимание чувств других людей и сопереживание им.
35		Основы знаний: Влияние гимнастических упражнений на телосложение. Повторение строевых упражнений. Учет техники выполнения	учетный	контроль		<p><b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.</p> <p><b>Познавательные:</b> общеучебные – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения</p>	Самоопределение – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире

		упражнений в равновесии					
36		Акробатическое упражнение	Изучение нового материала	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> общеучебные – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы</p>	<p><i>Самоопределение – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе</i></p>
37		<b>Урок – тестирование</b> Тестирование техники выполнения подъёма туловища из положения лежа на спине за 1 мин.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> прогнозирование предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>Познавательные:</b> информационные – получать и обрабатывать информацию; общеучебные – ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы</i></p>
38		Разучивание	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> коррекция – адекватно</p>	<p><i>Смыслообразование</i></p>

		ОРУ на развитие гибкости.	ксный			воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>вание</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата
39		Обучение технике акробатических упражнений:к увырки вперед и назад, сед углом, стоя на коленях наклон назад	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>контроль</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; <i>коррекция</i> устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - уметь применять полученные знания в различных вариантах. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью и задавать вопросы	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические потребности, ценности, чувства
40		Строевые упражнения. ОРУ на развитие гибкости.	Совершенствование ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.	<i>Смыслообразование</i> – адаптированная мотивация уче

		Обучение техники выполнения акробатических упражнений: мост и поворот в упор, стоя на одном колене; стойка на лопатках. Закрепление техники: кувырки вперед и назад, сед углом				<p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание</p>	бной деятельности
41		<b>Урок – тестирование</b> . Тестирование : наклон вперед, из положения, сидя на полу. Прыжки через скакалку	Комплексный			<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения в действие после его завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в различных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

						оценивать процесс и результат действия	
42		Строевые упражнения. ОРУ на развитие гибкости. Обучение технике акробатических упражнений: равновесие на одной; выпад вперед; кувырок Совершенствование техники акробатических упражнений: мост и поворот в упор, стоя на одном колене; стойка на лопатках.	Комплексный			<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире
43		ОРУ на развитие гибкости. Совершенствование техники акробатических упражнений	Изучение нового материала	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии сопоставленной задачей и условиями ее реализации; <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного

		В акробатических комбинациях – равновесие на одной, 2 кувырка вперед, кувырок назад в полушпагат, мост и упор стоя на одном колене, стойка на лопатках, кувырок назад, прыжок прогнувшись				ю. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности	отношения к школе
44		<b>Урок – тестирование</b> • Тестирование – сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Прыжки через скакалку.	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – оказывать в сотрудничестве взаимопомощь	<i>Самоопределение</i> – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

45		Строевые упражнения. Комплекс упражнений с гимнастическими скакалками.  Совершенствование техники акробатических упражнений в акробатических комбинациях.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения</p>	Смыслообразование – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
46		Строевые упражнения. Комплекс упражнений с гимнастическими скакалками	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
47		Учет техники	Совер	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить	Нравственно-

		акробатическими комбинациями из освоенных элементов	шенствование ЗУН			необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты. <b>Познавательные:</b> логические – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание	<i>этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера
48		Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Обучение кувырмам вперед и назад. Девочки - разучивание шагов «Польки» на бревне; мальчики – вис на перекладине	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
49	Лыжна	Техника	комплексный	текущий	Равномерное	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование предв	<i>Самоопределе</i>

	я подгот овка	безопасности во время занятий лыжной подготовкой . Ступающий шаг.	ксный		прохождение дистанции длиной 2-3км, с увеличением скорости передвижения , сокращая дистанцию. Ходить	идеть уровень усвоения знания, его временных характеристик. <b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – анализ информации. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	<i>ние</i> – самостоятель ность и личная ответственно сть за свои поступки , установка на здоровый обра з жизни
50		Проверка техники попеременног о двухшажного хода. Проведение встречной эстафеты с этапом до 100м без палок.			попеременны м двухшажным и одновременны м бесшажным ходом, одновременны м двухшажным ходом, выполнять	<b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> предв идеть уровень усвоения знания, его временных характеристик. <b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – анализ информации. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование</i> <i>учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности	<i>Самоопределе ние</i> – самостоятель ность и личная ответственно сть за свои поступки , установка на здоровый обра з жизни
51		Оценивание освоения техники одновременн ого двухшажного хода. Совершенство вание одновременн ого	компле ксный	текущий	подъемы полуелочкой, елочкой, торможения плугом и полуплугом, поворот упором. Играть в: «Остановка рывком»,	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. <b>Познавательные:</b> <i>знаково- символические</i> – использовать знаково- символические средства, в том числе	<i>Самоопределе ние</i> – внутренняя по зиция школьн икана основеп оложительног оотношения к школе

		двухшажного хода. Прохождение 1000м.			«Эстафета с передачей палок», «С горки на горку», «Гонки с преследованием», «Гонки с выбыванием», «Биатлон».	модели и схемы, для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
52		Совершенство вание техники одновременного бесшажного хода. Прохождение 1000м.	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> применять установленные правила в планировании способа решений. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> <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
53		Оценивание освоение техники одновременного бесшажного хода. Прохождение 1км со средней	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в	<i>Самоопределение</i> – установка на здоровый образ жизни

		скоростью.				соответствии с содержанием учебных предметов. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью	
54		Обучение подъему елочкой. Прохождение 1000м со средней скоростью.	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> <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
55		Повторение техники спусков в средней стойке. Проведение встречной эстафеты с этапом до 120м без	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> - вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

		палок Прохождение до 2км в медленном темпе.					
56		Обучение торможению плугом. Совершенство вание спусков и подъемов на склоне до 45 <sup>0</sup> . Прохождение 2км со средней скоростью.	компле ксный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> ставит и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
57		Проверка техники попеременног о двухшажного хода. Проведение встречной эстафеты с этапом до 100м без палок.	учетны й	зачет		<p><b>Регулятивные:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия</p>	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире

58		Оценивание освоения техники одновременного двухшажного хода. Совершенствование одновременного двухшажного хода. Прохождение 1000м.	учетный	зачет		<p><b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические</i> – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; <i>логические</i> – устанавливать причинно-следственные связи.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение</p>	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности
59		Совершенствование техники одновременного бесшажного хода. Прохождение 1000м.	учетный	зачет		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения</p>	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе
60		Оценивание освоения техники одновременного	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик.</p>	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности

		бесшажного хода. Прохождение 1 км со средней скоростью.				<p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог</p>	человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
61		Обучение подъему елочкой. Прохождение 1000м со средней скоростью.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия</p>	<i>Самоопределение</i> – самостоятельности личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
62		Повторение техники спусков в средней стойке. Проведение встречной эстафеты с этапом до	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать познавательную задачу в практическую.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера</p>	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие

		120м без палок Прохождение до 2км в медленном темпе.				высказывания	
63		Обучение торможению плугом. Совершенствование спусков и подъемов на склоне до 45 <sup>0</sup> . Прохождение 2км со средней скоростью.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> –определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности
64		Проверка техники попеременног о двухшажного хода. Проведение встречной эстафеты с этапом до 100м без палок.	учетный	зачет		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексия способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач</p>	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности

65		Оценивание освоения техники одновременного двухшажного хода. Совершенствование одновременного двухшажного хода. Прохождение 1000м.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> составлять план и последовательность действий, <i>контроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решений.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения</p>	<p><i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие</p>
66		Совершенствование техники одновременного бесшажного хода. Прохождение 1000м.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять пошаговый и итоговый результаты.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – предлагать помощь в сотрудничестве; <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свое поведение</p>	<p><i>Самоопределение</i> – сознание ответственности человека за общее благополучие</p>
67		Оценивание освоения техники одновременного	учетный	тестирование		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в познавательную.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> -</p>	<p><i>Самоопределение</i> – принятие образа хорошо</p>

		го бесшажного хода. Прохождение 1км со средней скоростью.				использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества – определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия</i>	го ученика
68		Обучение подъему елочкой. Прохождение 1000м со средней скоростью.	компле ксный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.</i> <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные – контролировать процесс и результат деятельности.</i> <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества –определять общую цель и пути ее достижения</i>	<i>Смыслообразо вание– самооценка н а основе критер иев успешной уче бной деятельности</i>
69		Повторение техники спусков в средней стойке. Проведение встречной эстафеты с этапом до 120м без палок Прохождение до 2км в медленном	компле ксный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</i> <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета.</i> <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие – формулировать собственное</i>	<i>Смыслообразо вание– самооценка н а основе критер иев успешной уче бной деятельности</i>

		темпе.				мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	
70		Обучение торможению плугом. Совершенство вание спусков и подъемов на склоне до 45 <sup>0</sup> . Прохождение 2км со средней скоростью.	Совершенство вание ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результата.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения</p>	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
71		Проверка техники попеременног о двухшажного хода. Проведение встречной эстафеты с этапом до 100м без палок.	Совершенство вание ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> –</p>	<i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности

						формулировать свои затруднения	
72		Оценивание освоения техники одновременного двухшажного хода. Совершенствование одновременного двухшажного хода. Прохождение 1000м.	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> планирование – составлять план и последовательность действий. <b>Познавательные:</b> информационные – искать и выделять необходимую информацию из различных источников. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – адекватно использовать речь	<i>Самоопределение – готовность и способность обучающихся саморазвитию</i>
73	Спортивные игры	Проведение эстафет баскетболиста. Оценивание техники ведения змейкой правой и левой рукой.	Совершенствование ЗУН	текущий	Играть в одну из спортивных игр по выбору. Уметь правильно выполнять подачу мяча в лапте, ловлю мяча, осаливание, знать правила игры. Уметь правильно выполнять передачи мяча	<b>Регулятивные:</b> оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	<i>Смыслообразование – эмпирия как понимание чувств других людей и сопереживание им.</i>
74		Совершенствование передачи мяча одной рукой от	Совершенствование ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. <b>Познавательные:</b> общеучебные –	<i>Самоопределение – начальные навыки адапта</i>

		плеча на месте и в движении после ведения.			в баскетболе, ловлю мяча, правильно перемещаться с мячом, ударять в щит.	осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения	ции в динамично изменяющемся мире
75		Проведение эстафеты баскетболистов с включением элементов ведения змейкой и передача одной рукой.	Совершенствование ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы	<i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
76		Обучение передаче мяча двумя руками после ведения. Игра «Мяч ловцу» 3х3.	Совершенствование ЗУН	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. <b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить

						<b>ВЫХОДЫ</b>	
77		Повторение бросков мяча с места в кольцо с 3м снизу. Совершенствование техники и правила игры «Мяч ловцу».	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью, формулировать свои затруднения</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– самооценка на основе критериев успешной деятельности и достижения хорошего результата</p>
78		Проведение упражнений на развитие ловкости: с приседанием, поворотами, седом на пол и вставанием с последующей ловлей мяча.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; <i>коррекция</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - уметь применять полученные знания в различных вариантах.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью и задавать вопросы</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические потребности, ценности, чувства</p>
79	Легкая атлетика	Т.Б. Развитие выносливости. Смешанное передвижение	Совершенствование ЗУН	текущий	В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной	<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– адаптированная мотивация уче</p>

					<p>скоростью пробегать 60м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9-13 шагов совершать прыжок в высоту способом «перешагивание». В метаниях на дальность и на меткость:</p>	<p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.  <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание</p>	<p>бной деятельности</p>
80		Развитие силовой выносливости	Изучение нового материала	текущий	<p>до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9-13 шагов совершать прыжок в высоту способом «перешагивание». В метаниях на дальность и на меткость:</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения в действие последнего завершения на основе оценки учета сделанных ошибок; <i>оценка</i> – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.  <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач.  <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии, контролировать и оценивать процесс и результат действия</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в различных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций</p>
81		Преодоление препятствий. Гладкий бег	Изучение нового материала	текущий	<p>метать малый мяч 150гр с места и разбега в горизонтальную и вертикальную цели.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений; предвидеть уровень усвоения знаний.  <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи.</p>	<p><i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</p>

						<p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</p>	
82		Преодоление препятствий. Бег с преодолением препятствий.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии сопоставленной задачей и условиями ее реализации; <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности</p>	<p><i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе</p>
83		Переменный бег – 10 минут.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p>	<p><i>Самоопределение</i> – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность сл</p>

						<p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – оказывать в сотрудничестве взаимопомощь</p>	<p>еждать нормам здоровье сберегающего поведения</p>
84		Кроссовая подготовка . Бег в равномерном темпе.	Совершенствование ЗУН	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – прогнозировать возникновение конфликтов при наличии и разных точек зрения</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</p>
85	Русская лапта	Т.Б.Строевые упражнения. Комплекс упражнений с малым мячом. Совершенствование техники броска в неподвижную и движущуюся цель.	Совершенствование ЗУН	текущий	<p>Играть в одну из спортивных игр по выбору. Уметь правильно выполнять подачу мяча в лапте, ловлю мяча, осаливание, знать правила</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выход</p>

		Обучение техники игры: удары битой по мячу в разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание игроков. Совершенствование техники ударов способом «сбоку», «сверху».			игры	различные позиции во взаимодействии	ды из спорных ситуаций
86		Комплекс упражнений с малым мячом. Учет техники ударов способом «сбоку». Закрепление техники игры: удары битой по мячу в разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание	учетный	контроль		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>логические</i> – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; строить высказывание</p>	<p><i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность при решении проблем различного характера</p>

		игроков.					
87		<b>Урок – соревнование</b> . Комбинации из освоенных элементов. Соревнования по Русской лапте.	учетный	контроль		<p><b>Регулятивные:</b> осуществление учебных действий – выполнять учебные действия; использовать речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие –строить понятные для партнера высказывания, слушать собеседника задавать вопросы; формулировать собственное мнение</p>	<p><i>Смыслообразование</i>– мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности</p>
88		Строевые упражнения. Комплекс упражнений с малым мячом. Совершенствование техники ловли мяча двумя руками в прыжке. Совершенствование техники игры: удары битой по мячу в разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание	Изучение нового материала	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> прогнозирование предвидеть уровень усвоения знания, его временных характеристик.</p> <p><b>Познавательные:</b> информационные – анализ информации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности</p>	<p><i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни</p>

		игроков.					
89		Совершенство вание техники игры: удары битой по мячу в разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание игроков. Совершенство вание техники ударов битой по мячу	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	<i>Самоопределе ние</i> – внутренняя позиция школьника основательно отношения к школе
90		Строевые упражнения. Комплекс упражнений с малым мячом. Совершенство вание техники броска в неподвижную и движущуюся цель. Обучение техники игры: удары битой по мячу в	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и пути достижения; задавать вопросы и строить монолог</p>	<i>Самоопределе ние</i> – самостоятельная и личная ответственность за свои поступки

		разные зоны игровой площадки, перебежки и осаливание игроков. Совершенствование техники ударов способом «сбоку», «сверху».					
91	Легкая атлетика	на результат бег 60м со старта с опорой на одну руку. Совершенствование элементов баскетбола. Бег до 5мин.	комплексный	текущий	В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9-13 шагов	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> – установка на здоровый образ жизни
92		Разучивание прыжков в длину с разбега 11-15 шагов. Бег до	комплексный	текущий		<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и измене	<i>Самоопределение</i> – социальная компетентность как

		5мин.			совершать прыжок в высоту способом «перешагивание». В метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч 150гр с места и разбега в горизонтальную и вертикальную цели.	<p>ния в способ действий.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам
93		Бег по пересеченной местности	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> - вести устный разговор, задавать вопросы; формулировать собственное мнение</p>	<i>Смыслообразование</i> – мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
94		Совершенство вание техники метания на дальность. Эстафета с палочкой с этапом до 30м.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость

95		Проведение встречной эстафеты с палочкой 2-3 раза (длина этапа 30м). Бег до 7мин.	учетный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; строить рассуждение, обобщать.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия</p>	<p><i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире</p>
96		Прыжки в длину с места	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические</i> – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; <i>логические</i> – устанавливать причинно-следственные связи.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение</p>	<p><i>Смыслообразование</i> – самооценка на основе критериев успешной деятельности</p>
97		Оценивание результата в метаниях мяча на дальность. Бег до 7 мин.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> –</p>	<p><i>Самоопределение</i> – внутренняя позиция школьника на</p>

					искать и выделять необходимую информацию, анализировать ее, строить рассуждение, обобщать. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, задавать вопросы, строить для партнера понятные рассуждения	основе положительного отношения к школе
98		Эстафеты с этапом до 60м. Бег 7 мин.	учетный	текущий	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формировать и удерживать учебную задачу; <i>прогнозирование</i> – предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
99		Проведение бега на 1500м (мальчики и девочки).	комплексный	текущий	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> формулировать учебную задачу; <i>планирование</i> -адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно формулировать познавательную цель; <i>логические</i> – подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное</i>	<i>Самоопределение</i> – самостоятельности личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

						<i>сотрудничество</i> – обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	
100		Упражнения в движении с преодолением препятствий.	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать познавательную задачу в практическую.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – строить понятные для партнера высказывания</p>	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности человека за общее благополучие
101		Контрольный урок по двигательной подготовленности: подтягивание на перекладине. Подвести итоги.	учетный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<i>Смыслообразование</i> -мотивация учебной деятельности
102		Гладкий бег	комплексный	текущий		<p><b>Регулятивные:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;</p>	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся

						строить рассуждение, обобщать. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; использовать речь для выполнения своего действия	я      мире
--	--	--	--	--	--	---	-------------