

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 1 дополнительный КЛАСС

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (вариант для детей с РАС), ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу «Школа России». Программа составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы ОУ, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура». Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников. В начале и в конце учебного года учащиеся сдают контрольные упражнения для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола. Тесты принимаются в виде зачётов на уроках и заносятся в классный журнал. Текущий учёт является основным видом проверки успеваемости учащихся по физической культуре. Он отражает качество усвоения отдельных тем учебного материала и решения задач конкретного урока. Оценка за успеваемость выставляется в баллах.

Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с РАС учитывает особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, особые образовательные потребности, обеспечивает комплексную коррекцию нарушения развития и социальную адаптацию. В основу стандарта для обучающихся с РАС положен системно – деятельностный и дифференцированный подход, осуществление которого предполагает обеспечивающего овладение ими содержанием образования и предметно-практической деятельности. В программе по физической культуре для обучающихся 1-го класса с нарушениями аутистического спектра учтены особенности состояния и функциональных возможностей организма детей. Эти особенности диктуют распределение детей по физкультурным группам: основная (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку в соответствии с возрастом, сдающая тесты физической подготовки), подготовительная (категория детей по состоянию здоровья выполняет физическую нагрузку с незначительными ограничениями, сдающая тесты физической нагрузки), специальная (категория детей по состоянию здоровья освобождается от физической нагрузки, осваивает учебный материал теоретически: доклад, конспект в тетради по физической культуре).

Цели и задачи курса

Целью обучения физической культуре является *формирование у учащихся основ здорового образа жизни.*

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

- Формирование первоначальных представлений о физической культуре.
- Владение ребёнком основными представлениями о собственном теле.
- Владение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.
- Развитие кинетической и кинестетической основы движений.
- Преодоление дефицитности психомоторной сферы.
- Развитие информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.
- Поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.
- Владение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе.

Структура курса

В предлагаемой программе учебные разделы выделены в соответствии с содержанием учебного материала "Знания о физической культуре", "Способы двигательной деятельности", "Физическое совершенствование".

Содержание раздела "Знания о физической культуре" отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел "Способы двигательной активности" содержит представления о структурной организации предметной деятельности, исполнении и контроле.

Содержание раздела "Физическое совершенствование" ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из базовых видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: "Гимнастика", "Легкая атлетика", "Подвижные и спортивные игры", "Лыжная подготовка". При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Допускается для бесснежных районов РФ заменять тему "Лыжная подготовка" на углубленное освоение содержания тем "Гимнастика" и "Подвижные игры".

В разделе "Общеразвивающие упражнения" предлагаются упражнения, которые распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

2. Общая характеристика предмета.

Физическая культура занимает важное место не только среди учебных предметов, но, и в жизни ребенка с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой.

В рабочей программе представлен учебный материал, который может быть скорректирован с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся.

3. Место предмета в учебном плане.

Предметная область Физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана ее освоение обеспечивается в рамках учебного предмета физическая культура..

Продолжительность учебного года для обучающихся в возрасте 7 лет (в 1 дополнительном классе) составляет 33 недели. Регулярность занятий - 3 раза в неделю. Для обучающихся 1 дополнительного класса устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Программа направлена на формирование следующих ценностных ориентиров:

1. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества: - доброжелательность, доверие и внимание к людям, - готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается; - уважение к окружающим – умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников;

2. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию: - развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества; - формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);

3. Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации: - формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе; - готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию; - критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать; - готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты; - целеустремленность и настойчивость в достижении целей; - ГОТОВНОСТЬ К ПРЕОДОЛЕНИЮ ТРУДНОСТЕЙ И ЖИЗНЕННОГО ОПТИМИЗМА.

5. Планируемые результаты освоения предмета

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), выражающихся в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальными компетенциями учащихся являются:

- Умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели (с помощью учителя);
- Умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками;
- Умение доносить информацию в доступной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- Проявление положительных качеств личности в различных ситуациях и условиях;
- Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение действовать по заданному алгоритму или образцу;
- самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога осуществлять и контролировать собственную учебную деятельность;
- умение оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами;
- умение адекватно реагировать на внешний контроль и оценку;
- умение выделять и объяснять причинно-следственные связи;
- умение активно использовать знаково-символические средства для представления информации, для создания моделей объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- владение навыками смыслового чтения;
- способность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, к применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;
- способность понимать информацию, получаемую из разных источников;
- способность представлять результаты исследования, включая составление текста и презентацию материалов с использованием информационных и коммуникационных технологий;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;

- Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;
- Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

6. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Физическое совершенствование

Гимнастика

Организуемые команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползание; танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке;

упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

Легкая атлетика

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Лыжная подготовка

Организуемые команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.

Подъемы ступающим и скользящим шагом.

Торможение падением.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

Волейбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

7ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учеб ные	Дата
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
1 КЛАСС I ЧЕТВЕРТЬ								
Легкая атлетика - 16ч (2к)			Знания о ФК – 2ч					
1	Техника безопасности на уроках л/а Обучение построения в шеренгу и колонну	1	Познакомить с правилами поведения на уроках л/а; учить слушать и выполнять команды на построение.	Научаться: - соблюдать правила безопасного поведения на уроке; - выполнять действия по образцу; - выполнять команды на построения в шеренгу и колону; - выполнять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют ФК как занятия физическими упражнениями (ФУ), подвижными и спортивными играми (п/и; с/и) Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Для Учеб. Лях В.И. мой друг – физкультура: учащихся 1-4 кл.нач. шк./В.И. Лях – 2 изд. – М.:	1-н

				комплексы утренней гимнастики	условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.			
2	Знание о ФК: <i>Физическая культура как система разнообразных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека.</i>	1	Физическая культура как система разнообразных занятий ФУ, закаливанием, подвижными и спортивными играми, туризмом. Связь занятий ФК со здоровьем, физическим развитием и	Научаться: Раскрывать понятие «физическая культура» Характеризовать основные формы занятий (утренняя зарядка, закаливание, уроки ФК, занятия ф спортивных	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; ориентируются на	Личностные: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.		

			физической подготовкой.	секциях, игры во время отдыха, тур. походы). Раскрывать положительное влияние занятий ФК на укрепление здоровья	позицию партнера в общении и взаимодействии.			
3	Обучение построению в шеренгу, в колонну. Обучение технике старт в беге. Разучивание игры «Ловишка»	1	Учить выполнять команды: «Смирно!», «Равняйся!», построение в шеренгу, колонну по одному; техника старта.	Научаться: -выполнять команды на построения и перестроения; -выполнять повороты на месте; -выполнять комплекс утренней гимнастики	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку	Личностные: ориентируются на развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и овладение		

					учителя. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	начальными навыками адаптации		
4	Совершенствование выполнения строевых упражнений. Техника старта в беге 30 м. Разучивание игры «Салки с домом»	1	Повторить построение в шеренгу; учить построению в колонну; учить технике «высокого старта» в беге на 30 м	Научаться: -выполнять организующие строевые команды; -выполнять беговую разминку; -выполнять бег с «высокого старта» по команде	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		2-н

					<p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>		
5	<p>Техника челночного бега 3×10м</p> <p>Подвижная игра «Гуси-лебеди»</p>	1	<p>Учить технике бега; учить бегу с изменением направления движения</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять легкоатлетические упражнения (челночный бег);</p> <p>-технически правильно выполнять поворот в челночном беге</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные:</p> <p>раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться, сориентированы на участие в делах школы</p>	

					формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
6	Обучение прыжкам в длину с места. Обучение понятию «расчет по порядку». Контроль пульса.	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в длину с места; соблюдать правила безопасности во время приземления.	Научаться: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в длину с места; -контролировать пульс	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

					Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
7	Тесты общей физической подготовки: прыжок в длину с места, челночный бег 3×10м П/игра «Вызов номера»	1(к)	Определить показатели физических качеств: скоростно-силовые способности и ловкость	Научаться: -выполнять легкоатлетические упражнения (старт, разбег, финиш); -технике движения рук и ног в прыжке в длину с места; -технику челночного бега; -контролировать пульс	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные:	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		3-н

					формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
8	Обучение прыжкам в высоту. Контроль пульса. П/игра: «Зайцы в огороде»	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.	Научаться: -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в высоту; -контролировать пульс	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		

					вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
9	Обучение прыжкам в высоту.	1	Учить технике легкоатлетических упражнений – прыжок в высоту; соблюдать правила безопасности во время приземления.	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять легкоатлетические упражнения; -технике движения рук и ног в прыжке в высоту; -контролировать пульс 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют ответы на</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p> <p>Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		

					вопросы; используют речь для регуляции своего действия.			
10	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	Научаться: -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		4-н

					к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
11	Техника метания на дальность. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	Учить технике метания мяча на дальность; выполнение подготовительных и подводящих упражнений; выполнение имитации техники движений.	Научаться: -технически правильно выполнять метание предмета; -выполнять организующие строевые команды и приемы	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении		

					<p>Коммуникативные:</p> <p>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	поставленных целей		
12	Техника метания в цель П/игра: «Салки с мячом»	1	ОРУ. Комплекс упражнений подготовительных упражнений на верхний плечевой пояс. Имитационные упражнения техники метания в цель. Проведение метательных упражнений в цель	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять комплекс упражнений разминки; -выполнять технику метательных упражнений в цель; -выполнять технику метания в</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного</p>		

				цель на результат	оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	смысла учения.		
13	Знание о ФК: <i>история развития физической</i>	1	Рассказать, как появилась физическая культура. Как проходили первые	Научаться: -отвечать на вопросы, как появился предмет	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу;	Личностные: ориентируются на принятие и освоение		5-н

	культуры и первых соревнований		соревнования в др. Греции.	физическая культура; -различать понятие «физическая культура» -принимать участие в вопросах олимпиады по ФК	контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.		
14	Бросок малого мяча	1	ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из	Научаться: -выполнять комплекс упражнений на	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные	Личностные: ориентируются на принятие и освоение		

			<p>положения стоя по грудью по направлению метания.</p> <p>П/игра «Попади в мяч»</p> <p>«Кто дальше бросит»</p>	<p>развитие скоростно-силовых качеств;</p> <p>-проводить разминку на верхний плечевой пояс;</p> <p>-выполнять технику броска мяча на дальность;</p> <p>-организовать п/игру.</p>	<p>понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>социальной роли обучающихся,</p> <p>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
15	Бросок малого мяча	1	<p>ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание малого мяча из положения стоя по грудью по</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять комплекс упражнений на развитие скоростно-силовых</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся,</p>		

			<p>направлению метания.</p> <p>П/игра «Попади в мяч»</p> <p>«Кто дальше бросит»</p>	<p>качеств;</p> <p>-проводить разминку на верхний плечевой пояс;</p> <p>-выполнять технику броска мяча на дальность;</p> <p>-организовать п/игру.</p>	<p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p>Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
16	<p>Бег по дистанции в парах. Правила старта и финиширования .</p> <p>Разучивание игры: «У ребят</p>	1	<p>ОРУ. Развитие скоростных качеств. Учить технике старта, стартового разгона, финишированию.</p> <p>Правила бега в парах по дистанции.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять бег в парах;</p> <p>-выполнять технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: вносят</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют</p>		6-н

	порядок строгий»			-организовывать и проводить игру со сверстниками	необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
17	Техника встречной эстафеты	1	ОРУ. Спецбеговые упражнения разминки. Имитация техники перемещения встречной эстафеты; отработка техники передачи эстафетной палочки.	Научаться: -выполнять технику передачи эстафетной палочки; -выполнять бег в парах; -выполнять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной		

			Эстафетный бег по командам.	технику старта и соблюдать правила финиширования по дистанции;	действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	деятельности и формирование личностного смысла учения		
18	Тесты общей физической подготовки: подтягивание на перекладине, наклон туловища вперед.	1(к)	Определить показатели физических качеств: гибкость, силовые способности.	Научаться: -выполнять технику подтягивания на перекладине; -выполнять технику наклона вперед из положения сед, ноги врозь;	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной деятельности и формирование		

				-контролировать пульс	условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.	личностного смысла учения.		
Подвижные игры: 9 часов								
19	Техника безопасности на уроках подвижных игр (п/и). Разучивание русской народной игры: «Горелки»	1	Учить запоминать временные отрезки; учить выполнять игровые упражнения из п/игр разной функциональной направленности	Научаться: -организовывать и проводить народные подвижные игры; -взаимодействовать с игроками; -запоминать временные отрезки	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,		7-н

					<p>поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
20	<p>Обучение перестроению в две шеренги.</p> <p>Обучение подъему туловища.</p> <p>Контроль двигательных качеств: подъем туловища за 30</p>	1	<p>Учить выполнять построения; учить правильно выполнять подъем туловища</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять подъем туловища за определенный промежуток времени;</p> <p>-выполнять организующие строевые команды и приемы</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных</p>		

	сек.				оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	ситуациях (с помощью педагога)		
21	Обучение упражнению «вис на гимнастической стенке на время» Разучивание игры «Совушка»	1	Учить выполнять прямой хват при выполнении вис; познакомиться с правилами подвижной игры «Совушка»	Научаться: -выполнять упражнения для развития силы; организовывать и проводить подвижные игры; -соблюдать правила взаимодействия с игроками	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные:	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	смысла учения		
22	Прыжки и их разновидности. Подвижная игра «Попрыгунчики»	1	Учить способам прыжка на одной ноге, в длину, в высоту, с места; Разучить правила игры «Попрыгунчики»	Научаться: -выполнять строевые упражнения; -выполнять различные виды прыжков; -активно включаться в коллективную деятельность; -организовывать и проводить подвижную игру «Попрыгунчики»	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: активно включаются в коллективную деятельность,	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		8-н

					взаимодействуют со сверстниками в достижении общей цели.			
23	Утренняя зарядка и её значение для организма. Упражнения утренней зарядки	1	Раскрыть понятие утренней зарядки; раскрыть её положительные стороны влияния на организм; разучить упражнения утренней зарядки	Научаться: -раскрывать значение утренней зарядки, её положительной влияние на организм человека; -называть основные части тела человека, которые участвуют в выполнении физических упражнений; -называть	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				упражнения, входящие в комплекс утренней зарядки; -выполнять упражнения зарядки	оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.			
24	Режим дня школьника. Обучение способам отжимания от пола. Подвижная игра «Охотник и зайцы»	1	Определить понятие режим дня; научить составлять план режима дня школьника; обучить способам выполнения подготовительных и основных упражнений - отжим от пола; разучить правила игры	Научаться: -использовать понятие «режим дня» в составлении плана основных дел на день; -определять главное и второстепенное среди режимных моментов дня;	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и		

			«Охотники и зайцы»	-знать и выполнять подготовительные упражнения - отжим от пола; -владеть техникой выполнения отжим от пола; -организовывать и проводить игру «Охотник и зайцы» по правилам	условиями её реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	упорство в достижении поставленных целей		
25	Физкультминутка, её значение в жизни человека. Маршировка под сопровождение стихов, речёвки.	1	Раскрыть значение физкультминутки через её проведение после физической нагрузки; отработать технику шага под сопровождения слова;	Научаться: -ориентироваться в понятии «физкультминутка»; -выполнять строевой шаг под	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие		9-н

	Упражнения в паре с обручем.		разучить упражнения в паре	стихотворение; -знать строевую речёвку или стих; -проводить упражнения в парах	Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: владеют способами взаимодействия с окружающими людьми			
26	Обучение прыжкам со скакалкой. Разучивание игры «Солнышко»	1	Учить выполнять прыжки через скакалку; соблюдать правила техники безопасности; Разучить правила игры «Солнышко»	Научаться: -выполнять прыжки со скакалкой; -соблюдать правила безопасности;	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении		

				<p>-приземляться, смягчая прыжок</p> <p>-умеют проводить игру «Солнышко»</p>	<p>поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>поставленных целей</p>		
27	<p>Разучивание новых эстафет с обручем и скакалкой.</p> <p>Совершенствование кувырков вперед</p>	1	<p>Учить выполнять командные действия в эстафете;</p> <p>совершенствовать кувырки вперед</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять упражнения с предметами;</p> <p>-выполнять правила старта и финиширования в эстафете;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками;</p>		

				<p>-выполнять технику кувырка вперед в сочетании с элементами эстафет</p>	<p>учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство.</p>		
--	--	--	--	---	---	---	--	--

№ п/п	Раздел/ Тема	Колл-	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебн ые	Дата
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
1 КЛАСС II ЧЕТВЕРТЬ								
Гимнастика - 16ч (2к)			Знания о ФК – 1ч					
28	Техника безопасности на уроках гимнастики. Техника лазанья по гимнастической стенке.	1	ОРУ. Обучить приемам лазанья.	Научаться: -знать и соблюдать правила техники безопасности; -выполнять технику приемов лазания по гимнастической стенке.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: формулируют вопросы,	Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;		10- н

					обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
29	Обучение упражнениям на формирование осанки	1	ОРУ. Формировать знания по укреплению осанки с помощью упражнений	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -знать и соблюдать правила техники безопасности; -выполнять упражнения на осанку 	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками;</p>		

					формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
30	Обучение правилам лазания по наклонной лестнице.	1	ОРУ. Учить выполнять лазанье по наклонной лестнице.	Научаться: -выполнять упражнения на ловкость и координацию движений; -выполнять игровые упражнения по команде учителя;	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении		

					действия.	поставленных целей.		
31	Обучение правилам лазания по скамейке.	1	ОРУ. Учить выполнять лазанье по скамейке.	Научаться: -выполнять упражнения на ловкость и координацию движений;	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
32	Подвижная игра на внимание «Класс, смирно!»	1	ОРУ. Учить играть в подвижную игру с правилами.	Научаться: -выполнять игровые упражнения по	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов	Личностные: ориентируются на активное общение и		

				команде учителя;	решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
33	Знания о ФК: <i>Как возникли физические упражнения.</i>	1	Связь ФУ с жизненно важными способами передвижения древнего человека. Значение физической подготовленности для жизнедеятельности древнего человека	Научаться: -раскрывать понятие физические упражнения; -характеризовать основные виды ФУ;	Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. Развитие мотивов учебной		

				<p>-раскрывать положительное влияние ФУ на организм человека;</p> <p>-объяснять значение ходьбы, бега, прыжков и лазанья в жизнедеятельности древнего человека.</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения.</p>		
34	<p>Обучение способам перестроения: смыкание и размыкание.</p> <p>Техника кувырка вперед.</p> <p>Подвижная игра:</p>	1	<p>ОРУ. Формировать способы построения и перестроения из одной колонны в четыре; развивать внимание;</p> <p>формировать технику кувырка вперед</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знать понятие кувырок вперед и технику его выполнения;</p> <p>-выполнять упражнения на гибкость и</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной</p>		12- н

	«Лиса и куры»			<p>равновесие;</p> <p>-выполнять способы перестроения из одной колонны в четыре;</p> <p>-играть в п/и «Лиса и куры» по правилам</p>	<p>оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
35	<p>Обучение лазанию по канату</p> <p>Совершенствование упражнений с гимнастическим и палками.</p> <p>П/игра «Ноги на весу»</p>	1	ОРУ. Учить лазанию по канату, соблюдая технику безопасности	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять технику лазания по канату;</p> <p>-выполнять комплексы упражнений с гимнастическими палками;</p> <p>-знать правила</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные:</p>	<p>Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность,</p>		

				игры «Ноги на весу»	ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
36	Обучение вращению обруча и упражнениям разминки с обручами.	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	Научаться: -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные:	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		13- н

					формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
37	Развитие выносливости в круговой тренировке	1	ОРУ. Учить технике вращения обруча; совершенствовать умение выполнять упражнения круговой тренировки	Научаться: -вращать обруч разными способами; -распределять свои силы во время выполнения круговой тренировки	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью		

					решения Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	педагога)		
38	Развитие ловкости и координации в упражнениях полосы препятствий. Совершенствование безопасного выполнения упражнений	1	Учить выполнять упражнения, соблюдая правила безопасности; совершенствовать лазанье, перелазание по гимнастической стенке	Научаться: -самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений; -выполнять упражнения с использованием гимнастических	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять		

	(кувырки, «мост»)			снарядов, инвентаря	условиями её реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
39	Тестирование техники выполнения двигательных упражнений. Разучивание игры «День и ночь»	1(к)	Тестирование физических качеств: гибкости и ловкости в выполнении двигательных действий: кувырок вперед и положение «мост». Разучить правила игры «День и ночь»	Научаться: -выполнять технику группировки и перекатов в круговой тренировке по парам; -знать и совершенствовать технику кувырка вперед;	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

				-организовывать и проводить п/игру по правилам	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности			
40	Режим дня школьника. Игровые упражнения на внимание: «Запрещенное движение» «Два Мороза»	1	Формировать понятие режим дня и составить его в классе; Развивать внимание через специальные упражнения и п/и «Два мороза»	Научаться: -составлять режим дня школьника; -выполнять упражнения и п/и на развитие внимания	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		14- н

					к общему решению в совместной деятельности.			
41	<p>Обучение упражнениям на гимнастической скамейке.</p> <p>Совершенствование лазанья и перелазания по гимнастической стенке.</p> <p>Разучивание игры «Бездомный заяц»</p>	1	<p>Учить выполнять упражнения, используя гимнастические снаряды</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять упражнения на скамейке;</p> <p>-регулировать физическую нагрузку во время занятий физической культурой;</p> <p>-взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
42	Осанка и её значение для здоровья человека. Комплекс упражнений «Ровная спина» П/и: «Аист»	1	Учить выполнять упражнения с гимнастической палкой или скакалкой; Совершенствовать равновесие на одной ноге через п/и «Аист»	Научаться: -знают понятие осанка, как формировать её в условиях дома; -знают комплексы упражнений с предметами на укрепление осанки; -организуют подвижную игру по правилам;	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

						целей		
43	Обучение парным упражнениям.	1(к)	Учить выполнять парные упражнения; Развивать ловкость, силу через п/игру.	Научаться: -выполнять упражнения в парах; -проводить п/и «Заяц без логова»	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		15- н

44	Развитие двигательных качеств в эстафете «Веселые старты»	1	Закреплять навыки выполнения основных видов движений; выполнять командные действия; соблюдать правила безопасности	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдать правила взаимодействия с игроками;</p> <p>-соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время спортивных заданий;</p> <p>-совершенствуют технику выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанья).</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
----	---	---	--	---	---	---	--	--

Подвижные игры разных народов 4 ч (1к)

45	<p>Техника безопасности на уроках подвижных игр разных народов. Проведение подвижной игры «У медведя во бору!» «Совушка» «Резиночки» (Русские игры)</p>	1	<p>Формировать правила техники безопасности во время проведения п/игр. Рассказать значение п/игр для детского организма. Развивать физические и двигательные качества: ловкость, внимание, быстроту Разучить правила п/игр: «У медведя во бору!» «Совушка» «Классики»</p>	<p>Научаться: -соблюдать ТБ на уроках п/игр; -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, равновесие</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в</p>	<p>Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		
----	---	---	---	---	--	---	--	--

					совместной деятельности.			
46	Проведение подвижной игры «Горячий камень» (Русские игры) «Кегельбан» (Англия)	1	<p>Формировать умение ориентироваться на слово при организации действий как условие развития его произвольности</p> <p>Развитие меткости, находчивости, ловкости; умение ориентироваться в пространстве</p>	<p>Научаться:</p> <p>-знают, как организовать досуг дня;</p> <p>-знают правила игры и соблюдают правила в игре;</p> <p>-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		16-н

					к общему решению в совместной деятельности.			
47	Проведение п/игры «Жмурки» (Русские игры) «Вышибалы» (Англия)	1	Разучить правила организации и проведения п/игры; Формировать технику двигательного действия в игре: слуховое восприятие и внимание, быстроту и ловкость, меткость в цель	Научаться: -знают, как организовать досуг дня; -знают правила игры и соблюдают правила в игре; -демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
48	Организация и проведение п/игры на оценку	1(к)	Определить организаторские способности проведения п/игр и знание правил п/игры на оценку по выбору обучающихся.	<p>Научаться:</p> <p>-знают, как организовать досуг дня;</p> <p>-знают правила игры и соблюдают правила в игре;</p> <p>-демонстрируют качества в игре: ускорения, прыгучесть, ловкость, точность;</p> <p>-применяют лидерские качества личности в проведении и</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию;</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью</p>		

				участии в игре	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	педагога)		
--	--	--	--	----------------	---	-----------	--	--

№ п/п	Раздел/ Тема	Кол-во	Содержание: виды учебной деятельности	Результаты			Учебны е	Дата (неделя)
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
1 КЛАСС III ЧЕТВЕРТЬ								
Лыжная подготовка - 17ч (1к)			Способы ФД– 2ч Физкульт-оздор. деятельность – 1 ч					
49	Т.Б. на уроках лыжной подготовки. Подбор одежды в зависимости от	1	Упражнения - перенос массы тела с лыжи на лыжу, поднимание и опускание носков и	Научаться: -соблюдать правила техники безопасности на снегу;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные:	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося,		17-н

	погодных условий. Техника передвижения ступающим шагом.		пяток лыж, поднимание носков лыж и размахивание носком лыж вправо и влево. Передвижение за учителем в колонне по 1 по лыжне	-ориентироваться на t воздуха; -одевать лыжи; -выполнять технику стойки и равновесия	планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		
50	Обучение технике повороты	1	Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок. Ступающий шаг.	Научаться: -знать понятие повороты	Познавательные: самостоятельно формулируют	Личностные: проявляют положительные		

	<p>переступанием. Подвижная игра «Снежки»</p>		<p>Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок. Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж.</p>	<p>переступанием; -выполнять технику поворотов переступанием; -выполнять технику стойки и равновесия на лыжах</p>	<p>проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о</p>	<p>качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	---	--	--	---	---	---	--	--

					распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
51	Обучение технике подъема и спуска под уклон.	1	Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на лыжах солнце».	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -преодолевать подъем; -выполнять ступающий шаг «ёлочкой»; -выполнять технику спуска в стойке 	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		18-н

					используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.			
52	Обучение технике подъема	1	Подвижная игра «Кто быстрее нарисует на	Научаться: -преодолевать	Познавательные: самостоятельно	Личностные: проявляют		

	и спуска под уклон.		лыжах солнце».	подъем; -выполнять ступающий шаг «ёлочкой»; -выполнять технику спуска в стойке	формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию;	положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		
--	---------------------	--	----------------	--	---	--	--	--

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
53	<p>Способы ФД:</p> <p><i>Личная гигиена человека.</i></p> <p><i>Разучивание игр «Запрещенное движение», «Два мороза»</i></p>	1	<p>Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности;</p> <p>Рассказать о правилах личной гигиены человека</p>	<p>Научаться:</p> <p>-соблюдать личную гигиену по правилам;</p> <p>-рассказывать о личной гигиене, её основных процедурах и значения для здоровья человека</p>	<p>Познавательные:</p> <p>используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>оценивают правильность</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла</p>	

				<p>-организовывать и проводить подвижные игры;</p> <p>-выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников</p>	<p>выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы;</p> <p>ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	учения		
54	Обучение технике передвижение ступающим шагом, длительное	1	<p>Передвижение скользящим шагом под пологий уклон.</p> <p>Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять способы передвижения ступающим шагом;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют</p>		

	скольжение на одной лыже.		гармошку», «Самокат»	-выполнять технику длительного скольжения на одной лыже; -организовать п/игру на снегу	приемы решения поставленных задач. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
--	---------------------------	--	----------------------	---	--	---	--	--

55	<p>Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок. Торможение в полуприседе.</p>	1	<p>То же под пологий уклон с широкими размахиваниями руками, То же с палками держа их за середину Игра «Кто быстрее!»»</p>	<p>Научаться: -выполнять технику стойки в равновесии; -выполнять технику дыхания по дистанции; -выполнять технику торможения до полной остановки в приседе; -организовать п\игру «Кто быстрее!»»</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		19-н
----	---	---	--	---	---	---	--	------

					вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
56	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м.	1	Поворот переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню	Научаться: -выполнять технику переступания вокруг пяток; -выполнять технику скользящего шага с палками по кругу	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

					<p>поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--	--

57	<p>Способы ФД: <i>Организация и проведение утренней зарядки и п/игры на снегу «Самокат»</i></p>	1	<p>Рассказать о правилах проведения утренней зарядки и её значение для здоровья человека Учить выполнять игровые упражнения разной функциональной направленности;</p>	<p>Научаться: -планировать режим дня и утреннюю зарядку; -рассказывать о значении зарядки для здоровья человека -организовывать и проводить подвижные игры;</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в</p>	<p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающихся, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
----	---	---	--	---	--	---	--	--

					общении и взаимодействии.			
58	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.	1	Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом	Научаться: -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные:	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		20-н

					<p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>		
59	<p>Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе.</p>	1	<p>Подъем ступающим шагом, спуск в основной стойке. Передвижение скользящим шагом</p>	<p>Научаться: -выполнять технику стойку на лыжах; -демонстрировать технику ступающего шага; -выполнять технику скользящего шага</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	

					<p>реализации; используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>			
60	<p>Спуск в 1 основной стойке. Прохождение дистанции 1 км</p>		<p>Отработка техники стойки на лыжах. Развитие выносливости в прохождении</p>	<p>Научаться: -соблюдать интервал движения и правила обгона по</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими</p>		

	<p>скользящим шагом с палками.</p>		<p>дистанции 1000 м в равномерном темпе. Игра «С горки на горку», «Самокат», «Кто дальше проскользит?».</p>	<p>дистанции; -совершенствовать технику стойки и скольжения по дистанции; Совершенствовать технику торможения в полуприседе;</p>	<p>осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>эмоциями различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	------------------------------------	--	---	--	--	--	--	--

61	Передвижение ступающим шагом в шеренге.	1	<p>Отработка техники стойки на лыжах;</p> <p>Учить сохранять интервал между другими обучающимися во время выполнения ступающего шага в шеренге;</p> <p>Учить технике перемах на месте</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять стойку на лыжах;</p> <p>Сохранять равновесие во время ступающего шага;</p> <p>-сохранять интервал во время передвижения на лыжах;</p> <p>-выполнять технику перемах на месте</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно выделяют и формулируют цели</p> <p>Регулятивные:</p> <p>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	21-н
----	---	---	---	---	--	--	------

					деятельности.			
62	<p>Ступающий шаг.</p> <p>Передвижение ступающим шагом 30 м и скользящим шагом без палок.</p>	1	<p>Отработка техника ступающего шага;</p> <p>Отработка техники скользящего шага без палок на дистанции 30 м.</p> <p>Игра – эстафета «Кто быстрее» без палок.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять технику ступающего шага;</p> <p>Выполнять технику ступающего шага;</p> <p>-демонстрировать технику старта и финиширования на дистанции 30 м</p> <p>-демонстрировать технику передачи эстафеты на лыжах</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>		

					<p>способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p>		
63	<p>Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг без палок.</p>	1	<p>Упражнение: поднимание согнутой ноги, удерживая лыжу горизонтально над лыжней; прыжки на месте; приставные шаги в сторону.</p> <p>Игра «Чей вер лучше», Игра «Кто быстрее»</p>	<p>Научаться:</p> <p>-выполнять равновесия на одной лыже;</p> <p>-выполняют прыжки на двух лыжах;</p> <p>-выполняют перемещения на лыжах приставным шагом;</p> <p>-организуют</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>адекватно</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	

				проведение игры на лыжах	воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
64	Физкульт-оздоров. деятельность: <i>Проведение комплекса физических упражнений</i>	1	Упражнения утренней зарядки выполняются в определенной последовательности: на подтягивание, для усиления дыхания,	Научаться: -демонстрировать технику выполнения упражнений утренней зарядки, определять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной		22-н

	<p>утренней зарядки</p>		<p>для мышц рук, туловища, спины, живота, ног.</p>	<p>направленность их воздействия. Выполнять комплексы утренней зарядки № 1, 2, 3</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов</p>	<p>деятельности и формирование личностного смысла учения</p>		
--	-------------------------	--	--	--	--	--	--	--

					учебной деятельности и формирование личностного смысла учения			
65	Передвижение ступающим шагом с широкими размахиваниями руками.	1	Передвижение скользящим шагом под пологий уклон. Игра «У кого красивее снежинка», «Нарисовать гармошку».	Научаться: -проводить комплекс утренней зарядки; -демонстрировать технику ступающего шага с широким размахиванием рук;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения	Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения		

					<p>действия; адекватно воспринимают оценку учителя</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>используют речь для регуляции своего действия</p>			
66	<p>Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.</p>	1	<p>Скользящим шагом под пологий уклон с широкими размахиваниями руками. То же с палками держа их за середину. Подъем ступающим шагом на небольшую горку, спуск в основной стойке. Игра «Кто</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят комплекс утренней зарядки;</p> <p>-выполняют технику стойки на лыжах;</p> <p>-выполняют технику скользящего шага без палок;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

			быстрее?»	-организуют проведение п/игры на снегу, соблюдая правила игры	поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
67	Передвижение скользящим	1	Проведение комплекса разминки	Научаться: -организовывать	Познавательные: ориентируются в	Личностные: ориентируются на		23-н

	шагом без палок - 30 м.		на верхний плечевой пояс и спину. Поворот переступанием вокруг пяток лыж.	проведение разминки с классом; -выполнять технику передвижения на лыжах скользящим шагом; -выполнять технику торможения полу приседом до полной остановки	разнообразии способов решения задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;	активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированно сть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
--	----------------------------	--	---	--	--	---	--	--

					договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
68	Контрольное выполнение техники передвижения на лыжах	1(к)	Выполнение техники передвижения на лыжах на оценку: -техника передвижения скользящим шагом; -техника поворотов на месте способом переступания.	Научаться: -демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом; -демонстрируют технику поворотов на месте способом переступания на месте; -адекватно воспринимают	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)		

				оценку учителя	правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
Подвижные игры с основами спорт игр волейбол: 10 ч (1к)								
69	Техника безопасности на уроках п/игр с основами сп/игр волейбол. Передача и	1	Прослушивают инструктаж ТБ по спортивным играм в сп/зале. Проводят комплекс разминки.	Научаться: -знают и соблюдают инструктаж ТБ по спорт/играм. Знают и проводят	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии	Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в		

	<p>ловля мяча в парах. П/и: «Наперегонки с мячом!»</p>		<p>Знакомятся с новой игрой – волейбол. Выполняют упражнения передачи и ловля мяча в парах. Организуют п/игру «Наперегонки с мячом!»</p>	<p>комплексы упражнений разминки. Знают, что такое игра в волейбол. Выполняют упражнения с мячом.</p>	<p>способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной</p>	<p>различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	--	--	--	---	---	---	--	--

					деятельности.			
70	Обучение технике передачи мяча от плеча и ловле мяча в парах. П/и «Займи быстрее место!»	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Овладевают стойкой игрока. Выполняют технику передачи мяча в парах	Научаться: -проводят комплексы упражнений разминки. -демонстрируют стойку игрока в игре с мячом; -выполняют технику игры от плеча одной рукой и ловлю мяча.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		24-н

					<p>выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>		
71	<p>Обучение технике передачи ловли мяча через сетку.</p> <p>Правила игры у сетки.</p> <p>П/и: «Передачи в кругу!»</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Овладевают стойкой игрока.</p> <p>Выполняют технику передачи мяча в парах через сетку.</p>	<p>Научаться: проводят комплексы упражнений разминки.</p> <p>-демонстрируют стойку игрока в игре с мячом;</p> <p>-выполняют технику игры от плеча одной рукой и ловлю мяча</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>	

				через сетку.	используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
72	Владение мячом одной рукой от плеча у в/сетки в парах. Расстановка	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и	Научаться: -проводят утреннюю разминку с мячом; -выполняют	Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в	Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		

	игроков на площадке. П/и: «Ловля мяча после ускорения»		выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Организуют п/игру с мячом.	расстановку и переход по площадке; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку.	разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле способа решения Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия	достижении поставленных целей		
73	Техника подачи	1	Выполняют комплекс	Научаться:	Познавательные:	Личностные:		25-н

	<p>одной рукой от плеча через сетку в стойке игрока.</p>		<p>упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>-проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;</p>	<p>используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для</p>	<p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>		
--	--	--	---	--	---	---	--	--

					регуляции своего действия.			
74	Правила перехода по площадке. Игра у сетки в прыжке.	1	Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.	Научаться: -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на площадке; -выполняют стойку и подачу в игре; -выполняют бросок и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		

					<p>правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>			
75	<p>Круговая разминка с мячами.</p> <p>Передачи мяча от груди, из-за головы. Игра у сетки.</p> <p>П/и: «Вышибалы малыми мячами!»</p>	1	<p>Проводят разминку по кругу с мячами в парах;</p> <p>Отрабатывают технику владения мячом в парах от груди, из-за головы;</p> <p>Организуют игру между собой.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в</p>	<p>Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных</p>		

				<p>бросок и ловлю мяча через сетку; -организуют игру между собой;</p>	<p>соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>целей.</p>		
76	Строевые команды в строю. Ловля мяча после подачи.	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход.</p>	<p>Научаться: -проводят разминку с мячами; -выполняют переход на</p>	<p>Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии</p>	<p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в</p>		26-н

			<p>Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку.</p> <p>Выполняют стойку игрока при подаче.</p> <p>Выполняют технику подачи одной рукой.</p> <p>Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>используют установленные правила в контроле способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью;</p> <p>договариваются о распределении функций и ролей в совместной</p>	<p>различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		
--	--	--	---	--	---	---	--	--

					деятельности.			
77	<p>Правила трех шагов у сетки.</p> <p>П/и: «Осада города»</p>	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами. Знают расстановку на площадке и выполняют переход. Выполняют бросок и ловлю мяча в парах через сетку. Выполняют стойку игрока при подаче. Выполняют технику подачи одной рукой. Организуют п/игру с мячом.</p>	<p>Научаться:</p> <p>-проводят разминку с мячами;</p> <p>-выполняют переход на площадке;</p> <p>-выполняют стойку и подачу в игре;</p> <p>-выполняют бросок и ловлю мяча через сетку;</p> <p>-организуют игру между собой;</p>	<p>Познавательные:</p> <p>самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; используют установленные правила в контроле</p>	<p>Личностные:</p> <p>проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях (с помощью педагога)</p>		

					<p>способа решения</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p>			
78	Выполнение техники контрольных упражнений в игре волейбол.	1	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки с в/мячами.</p> <p>Выполняют технику подачи и ловли мяча в стойке игрока;</p> <p>Выполняют технику игры у сетки: три</p>	<p>Научаться:</p> <p>-организуют проведение разминки с мячом;</p> <p>-демонстрируют технику стойки подачи в игре волейбол (бросок</p>	<p>Познавательные:</p> <p>ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Регулятивные:</p> <p>планируют свои действия в</p>	<p>Личностные:</p> <p>ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками;</p> <p>проявляют дисциплинированность, трудолюбие и</p>		

			шага – бросок через сетку	мяча одной рукой из-за плеча);	соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	упорство в достижении поставленных целей.		
--	--	--	---------------------------	--------------------------------	---	---	--	--

