

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1 рабочего поселка Солнечный
Солнечного муниципального района
Хабаровского края

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР
МБОУ СОШ № 1

 Е.Ш. Румянцева
«29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 1
р.п. Солнечный
приказ от 29 августа № 169/1
 Ю.В.Накоренок
«29» августа 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
3 КЛАСС

Разработал учитель
Цуканова Людмила Ильинична

Рассмотрено: на заседании МО
учителей начальных классов
Протокол № 1

р.п. Солнечный

2019 г.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура», 3 класс 2019 – 2020 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» предназначена для учащихся 1-3 классов общеобразовательной школы. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, планируемыми результатами освоения основной образовательной программы начального общего образования. Является составной частью подготовки в предметной области «физическая культура», и ее освоение должно обеспечить укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений само - регуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Данная программа составлена на основе:

- фундаментального ядра содержания общего образования;
- требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012
- примерной программы начального общего образования по физической культуре УМК «Школа России» М: Просвещение; допущенной Министерством образования и науки РФ;
- междисциплинарной программы «Формирование универсальных учебных действий» (подпрограмм «Формирование ИКТ-компетентности обучающихся», «Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности» и «Основы смыслового чтения и работа с текстом»);
- программы воспитания и социализации обучающихся на ступени начального общего образования.

Актуальность программы. Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни

Цель программы: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи программы:

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

-формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

-овладение школой движений;

-развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей

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

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

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

-приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Программа обеспечена УМК В.И. Ляха

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Характеристика учебного процесса

Виды и формы деятельности

- К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся:
- уроки физической культуры,
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (гимнастика перед началом занятий, физкультурные минуты во время уроков, игры и физические упражнения на перерывах и в режиме продленного дня);
- внеклассная физкультурно-массовая работа (занятие в кружках физической культуры и спортивных секциях, спортивные соревнования);
- внешкольная спортивно-массовая работа (по месту жительства учеников, занятия в детско-юношеских спортивных школах, спортивных обществах);
- самостоятельные занятия школьников физическими упражнениями в семье, на пришкольных и дворовых площадках, стадионах, в парках)

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа:

- с образовательно- познавательной
- образовательно-предметной
- образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжных гонок и плавания. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у школьников представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной (в начальной школе по показателям частоты сердечных сокращений).

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Методы организации урока:

Фронтальный – упражнения выполняются одновременно всеми учащимися (игры, упражнения на осанку, построения перестроения) – использую при проведении строевых, обще развивающих упражнений в водной части урока.

Поточный - учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди, один за другим, непрерывным потоком (лазанья по гимнастической стенке, скамейке, прыжки в длину, бег).

Посменный – учащиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнений (метания, акробатические упражнения, лазанье).

Индивидуальный – используются в учетных уроках.

Групповой - каждая группа учащихся по заданию учителя занимается самостоятельно, выполняя в порядке очереди разные виды упражнений.

На уроках физической культуры основными технологиями являются игровые и групповые технологии, которые несут ряд функций: обучающие, воспитательные, развивающие, психотехнические, коммуникативные, развлекательные, релаксационные. Эти технологии позволяют более действенно обеспечить гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общее комфортное состояние обучающегося, дать заряд положительных эмоций, снять негативный настрой после прохождения некоторых уроков, дать общий эффект радости от общения от успешного преодоления трудностей.

Здоровьесберегающие технологии позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности;

Применение ИКТ на уроках образовательно-предметной и образовательно-познавательной направленности позволяет развивать умение учащихся ориентироваться в информационных потоках окружающего мира в области физической культуры и спорта; овладевать практическими способами работы с информацией; обмениваться информацией с помощью современных технических средств.

Технология проектной деятельности стимулирует самостоятельность учащихся, их стремление к самовыражению, формирует активное отношение к вопросам здорового образа жизни, физкультуры и спорта, сопереживание и сопричастность к нему, развивает коммуникативные качества.

Система оценки достижений учащихся

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов обучающихся включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

Формы стартового оценивания: сдача нормативов

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и универсальные учебные действия для определения проблем и трудностей в освоении предметных способов действия и УУД и планирования работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

Формы текущего оценивания: персонифицированные мониторинговые исследования, уровневые итоговые контрольные работы по физической культуре, включающие проверку сформированности базового уровня (оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник научится») и повышенного уровня оценка планируемых результатов под условным названием «Выпускник получит возможность научиться», проектные и исследовательские работы

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также УУД.

Формы промежуточной (итоговой) аттестации: типовые задания по оценке личностных результатов, итоговые проверочные работы по предмету физическая культура, сдача нормативов

Подробное описание системы оценки достижений учащихся

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

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

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «Физическая культура» изучается в 3 классе из расчёта 3ч в неделю— 102ч

Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2012г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направленно на воспитание высоконравственных, 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.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре:

Личностные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
 - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
 - определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
 - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
 - овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
 - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
 - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по физической культуре

Содержание учебного предмета

3 класс

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

- **Знания о физической культуре**— выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;
- **Гимнастика с элементами акробатики** — выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;
- **Легкая атлетика**— технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 x 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;
- **Лыжная подготовка** — передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них, попеременным и одновременным двухшажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком, переносить лыжи под рукой и на плече,

проходить на лыжах дистанцию 1,5 км, подниматься на склон «полу-елочкой», «елочкой», «лесенкой», спускаться со склона в основной стойке и в низкой стойке, тормозить «плугом», передвигаться и спускаться со склона на лыжах «змейкой»;

- **Подвижные и спортивные игры** — давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки — дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хобах», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

Тематическое планирование

Вид	3 класс
Знания о физической культуре	6
Легкая атлетика	27
Лыжная подготовка	14
Гимнастика	31
Подвижные игры:	24
ВСЕГО	102

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)	
2.	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д

3.	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2008.	Д
4.	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2005.	Ф
5.	Рабочая программа по физической культуре	Д
6.	Лях В.И. Физическая культура Предметная линия учебников Москва «Просвещение» 2014	Д
7.	Дополнительная литература для учителя	
8.	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Ф
9.	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998	Д
10.	Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физкультуре 1, 2,3,4 класс Москва «Вако» 2014	Д
11.	Дополнительная литература для обучающихся	
12.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
13.	Учебно-практическое оборудование	
14.	Канат для лазанья	П
15.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	Ф
16.	Палка гимнастическая	Ф
17.	Скакалка детская	К
18.	Мат гимнастический	Ф
19.	Кегли	Ф
20.	Обруч пластиковый детский	К
21.	Рулетка измерительная	К
22.	Средства первой помощи	
23.	Аптечка в медицинском кабинете	Д

Критерии оценивания учащихся на уроках физической культуры в системе ФГОС

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся в нашей школе, в зависимости от состояния здоровья делятся на 3 группы (основную, подготовительную, специальную). Занятия в этих группах отличаются учебными программами, объёмом и структурой физических нагрузок, а также требованиями к уровню усвоения учебного материала.

Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями.

При пропуске уроков физической культуры обучающийся должен предоставить справку, заверенную врачом.

Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, присутствуют на уроке под присмотром учителя физической культуры. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий с данными учащимися на предстоящий урок (возможно также теоретическое изучение материала, оказание посильной помощи в судействе или организации урока).

Критерии оценивания учащихся на уроках физической культуры:

На «2» (неудовлетворительно) в зависимости от следующих условий:

- Учащиеся не имеют спортивную форму, соответствующую погодным условиям и видам спортивных занятий или урока, не выполняет требования техники безопасности;
- Учащийся, не имеющий выраженных отклонений в состоянии здоровья, при этом не имеющий стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем;
- Учащийся не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений в развитии морально-волевых или физических качеств;
- Учащийся не выполняет теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

На «3» (удовлетворительно) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся выполняет все требования по технике безопасности и правила поведения в спортивном зале и на стадионе, соблюдает гигиенические требования
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях, которые могут быть замечены учителем;
- Учащийся продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений в развитии физических и морально-волевых качеств в течение четверти, полугодия;

- Учащийся частично выполняет все теоретические задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, необходимыми теоретическими и практическими в области физической культуры.

На «4» (хорошо) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся имеет спортивную форму, выполняет требования техники безопасности, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении физических упражнений;
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях, которые замечены учителем;
- Учащийся постоянно демонстрирует существенные сдвиги в формировании качеств, умений и в развитии физических и морально-волевых качеств в течение четверти, полугодия, года, успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре для своего возраста;
- Учащийся выполняет все теоретические и другие задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, оказания посильной помощи в судействе или организации урока, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

На «5» (отлично) в зависимости от следующих условий:

- Учащийся имеет спортивную форму, выполняет все требования по технике безопасности, соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении физических упражнений;
- Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем;
- Учащийся постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти, полугодия;
- Учащийся успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста;
- Учащийся выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий, оказания посильной помощи в судействе школьных соревнований или организации классных спортивных мероприятий, а также необходимыми навыками и теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

На изучение регионального компонента отводится 7 часов

Тематика РК на уроках физической культуры.

1. Малые Олимпийские игры (традиции школы).
2. Личности в современном олимпийском движении.
3. Дальневосточники, олимпийские чемпионы (лыжные гонки, конькобежный спорт).
4. Спортивные традиции Солнечного района.
5. Спартакиада школ Солнечного района: лыжные гонки.
6. Развитие различных видов спорта в Солнечном районе и успехи спортсменов дальневосточников на олимпийских играх.
7. Спортсмены нашего города (Бех Екатерина)

Календарно-тематическое планирование по предмету «Физическая культура»,

3 класс, 2019 – 2020 учебный год

№ у рок а	Дата проведения			Тип урока	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дом.зад.
	план	фак т	Тема урока			Предметные УДД	Метапредметные УДД	Личностные УДД	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	02.09		Организа- ционно- методиче- ские требован ия на уроках физическ ой культуры	Комбини- рованный урок	Организационн о- методические требования, применяемыми на уроках физической культуры, строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	Знать, какие организационно- методические требования применяются на уроках физической культуры; выполнять строевые упражнения, правила подвижных игр «Ловишка» и «Колдунчики»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, работать в группе. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: рассказывать об организационно- методических требованиях на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в подвижные игры «Ловишка» и	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающе- гося; развитие навыков сотрудничест ва со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Не задано

							«Колдунчики»	ситуациях	
2	04.09		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Беговая разминка. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Подвижные игры «Салки» и «Салки – дай руку»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижных игр «Салки» и «Салки – дай руку»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки – дай руку»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Не задано

3	05.09		Техника челночного бега	Комбинированный урок	Разминка в движении; челночный бег, подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: технично выполнять челночный бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки» и «Колдунчики»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Знать технику челночного бега
4	09.09		Тестирование челночно	Контрольный урок	Разминка в движении; тестирование	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3x10 м,	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и</p>	Развитие мотивов учебной	Не задано

			го бега на 3x10 м		челночного бега на 3x10 м; подвижная игра «Собачки ногами»	правила подвижной игры «Собачки ногами»	способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Собачки ногами»	деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
5	11.09		Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Комбинированный урок	Беговая разминка, различные способы метания мешочка на дальность, подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, какие способы метания мешочка на дальность существуют, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять метание мешочка на дальность различными способами, играть в подвижную игру «Бросай далеко,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятель	Не задано

							собирай быстрее»	ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
6	12.09		Тестирование метания мешочка на дальность	Контрольный урок	Беговая разминка, тестирование метания мешочка на дальность, подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Знать, как проходит тестирование метания мешочка на дальность

								справедливости и свободе	
7 - 8	16.09 18.09		Пас и его значение для спортивных игр с мячом	Изучение нового материала	Разминка в движении. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: с слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Не задано
9	19.09		Спортивная игра	Репродуктивный урок	Разминка в движении.	Знать, какие варианты паса мяча ногой	Коммуникативные: с слушать и слышать друг	Формирование чувств	Знать правила

- 10	23.09		«Футбол» РК		Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	существуют, правила спортивной игры «Футбол»	друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол»	гордости за свою Родину и историю России, развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	спортивной игры «Футбол»
11 - 12	25.09 26.09		Прыжок в длину с разбега	Комбинированный урок	Разминка на месте. Техника прыжка в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные:	Формирование уважения к культуре других народов, развитие мотивов учебной деятельности	Не задано

							<p>контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
13-14	30.09 02.10		Прыжки в длину с разбега на результат	Комбинированный урок	Разминка на месте. Прыжки в длину с разбега на результат. Подвижная игра «Собачки ногами»	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат, правила подвижной игры «Собачки ногами»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слышать и слушать друг друга.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прыгать в длину с разбега на результат, играть в подвижную игру «Собачки ногами»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега на результат

								ности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
15	03.10		Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный урок	Разминка в движении по кругу. Контрольные прыжки в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол»	Знать, как проходит контрольный урок по прыжкам в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	Не задано
16	07.10		Контрольный урок	Контрольный урок	Разминка в движении по	Знать, как проходит контрольный урок по	Коммуникативные: представлять конкретное	Развитие этических	Не задано

			по спортивной игре «Футбол»		кругу. Правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в футбол	футболу, как выполнять бросок из-за боковой	содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Познавательные: играть в спортивную игру «Футбол» по всем правилам	чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками	
17	09.10		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Разминка с малым мячом. Тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Вышибалы»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; умений не создавать конфликты и	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча

								находить выходы из спорных ситуаций	
18	10.10		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Контрольный урок	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Белые медведи»	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Белые медведи»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Не задано
19	14.10		Тестирование подъема туловища из положения лежа за	Контрольный урок	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование подъема туловища из	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с; правила подвижной игры «Белые медведи»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравствен-	Не задано

			30 с		положения лежа за 30 с. Подвижная игра «Белые медведи»		самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с, играть в подвижную игру «Белые медведи»	ной отзывчивости , самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе	
20	16.10		Тестиров ание прыжка в длину с места	Контрольны й урок	Прыжковая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места; правила подвижной игры «Волк во рву»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирования прыжка в длину с места, играть в подвижную	Развитие этических чувств, доброжелател ьности и эмоциональн о-нравствен ной отзывчивости , самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени	Знать правила подвижной игры «Волк во рву»

							игру «Волк во рву»	й о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
21	17.10		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный урок	Прыжковая разминка. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Подвижная игра «Волк во рву»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись; правила подвижной игры «Волк во рву»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в подвижную игру «Волк во рву»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Не задано
22	21.10		Тестирование виса на время	Контрольный урок	Разминка с гимнастическими палками.	Знать, как проходит тестирование виса на время; правила	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать</p>	Развитие этических чувств,	Не задано

					Тестирование виса на время. Подвижная игра «Ловля обезьян с мячом»	подвижной игры «Ловля обезьян с мячом»	его в устной форме, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника. Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Ловля обезьян с мячом»	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
23 - 24	23.10 24.10		Подвижная игра «Перестрелка» РК	Комбинированный урок	Разминка с мячами. Броски и ловля мяча. Подвижная игра «Перестрелка»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча, правила подвижной игры «Перестрелка»	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча

							<p>цель.</p> <p>Познавательные: уметь бросать и ловить мяч, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	<p>навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>	
25	06.11		Футбольные упражнения	Комбинированный урок	Разминка с мячом, футбольные упражнения. Подвижная игра «Перестрелка»	<p>Знать, какие футбольные упражнения бывают, правила подвижной игры «Перестрелка»</p>	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных</p>	Не задано

								социальных ситуациях	
26	07.11		Футбольные упражнения в парах	Изучение нового материала	Разминка с мячами в парах. футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<p>Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Не задано
27-28	11.11-13.11		Различные варианты футбольных упражнений в парах	Репродуктивный урок	Разминка с мячами в парах. футбольные упражнения в парах, подвижная игра «Пустое место»	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место»	<p>Коммуникативные: управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	Знать правила подвижной игры «Пустое место»

							<p>осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнера.</p> <p>Познавательные: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную игру «Пустое место»</p>	<p>освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	
29	14.11		Подвижная игра «Осада города» РК	Комбинированный урок	Разминка с мячом в парах. Техника бросков и ловли мяча в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из</p>	Не задано

								спорных ситуаций	
30 - 31	18.11- 20.11		Броски и ловля мяча в парах	Комбинированный урок	Разминка с мячом в парах, упражнения с двумя мячами в парах. Подвижная игра «Осада города»	Знать, какие упражнения в парах с двумя мячами существуют, правила подвижной игры «Осада города»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Осада города»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной	Не задано

								справедливости и свободе	
32	21.11		Закаливание	Комбинированный урок	Закаливание. Разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах. Подвижная игра «Подвижная цель»	Знать, что такое закаливание, как можно закаляться и для чего это нужно делать, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться, выполнять упражнения в парах с двумя мячами, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Знать, что такое закаливание,
33-34	25.11-27.11		Ведение мяча	Комбинированный урок	Закаливание. Разминка с мячом, ведение мяча. Подвижная игра «Подвижная цель»	Знать правила закаливания, технику ведения мяча, правила подвижной игры «Подвижная цель»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Не задано

							<p>сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: уметь закаляться, выполнять ведение мяча, играть в подвижную игру «Подвижная цель»</p>	<p>, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>	
35-36	28.11-02.12		Подвижные игры РК	Комбинированный урок	Разминка в движении. 2-3 подвижные игры	Знать, как выбирать подвижные игры, правила этих игр	<p>Коммуникативные: руга; находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: уметь играть в подвижные игры</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Знать, как выбирать подвижные игры

37	04.12		Кувырок вперед	Комбинированный урок	Разминка на матах. Техника кувырка вперед. Подвижная игра «Удочка»	Знать технику кувырка вперед, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Не задано
----	-------	--	-------------------	----------------------	--	---	---	--	-----------

38	05.12		Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Комбинированный урок	Разминка на матах. Техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	Знать технику кувырка вперед с разбега и через препятствие	<p>Коммуникативные: социализироваться в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед с разбега и через препятствие</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Не задано
39	09.12		Варианты выполнения кувырка вперед	Комбинированный урок	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Варианты выполнения	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед существуют, какие бывают игровые упражнения на внимание	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного	Знать, какие варианты выполнения кувырка вперед

					кувырка вперед, игровое упражнение на внимание		<p>форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять различные варианты кувьрка вперед, выполнять игровое упражнение на внимание</p>	<p>смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	существуют
40	11.12		Кувьрок назад	Комбинированный урок	Разминка на матах с резиновыми кольцами. Техника кувьрка назад, подвижная игра «Удочка»	Знать технику кувьрка назад, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной</p>	Не задано

							<p>свою деятельность по результату.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	<p>ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе; формировани е эстетических потребностей , ценностей и чувств</p>	
41	12.12		Кувырки	Комбинированный урок	Разминка с массажным мячом. Кувырок вперед, кувырок назад, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать технику кувырка вперед и назад, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: выполнять кувырок вперед и назад, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлени й о</p>	Не задано

								<p>нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств</p>	
42	16.12		Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Разминка с массажным мячом. Круговая тренировка, подвижная игра «Мяч в туннеле»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Мяч в туннеле»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Мяч в туннеле»</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества</p>	Знать правила подвижной игры «Мяч в туннеле»

								ва со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
43 - 44	18.12- 19.12		Стойка на голове	Комбиниров анный урок	Разминка с гимнастически ми палками. Техника выполнения стойки на голове. Подвижная игра «Парашютисты »	Знать, как выполнять стойку на голове, правила подвижной игры «Парашютисты»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: выполнять стойку на голове, играть в подвижную игру «Парашютисты»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего я; развитие этических чувств, понимания и сопереживан ия чувствам других людей; формировани е эстетических потребностей и чувств	Не задано
45	23.12-		Стойка на	Комбиниров	Разминка с	Знать технику	Коммуникативные:	Развитие	Знать

- 46	25.12		руках	анный урок	гимнастически ми палками. Стойка на голове. Стойка на руках. Подвижная игра «Парашютисты »»	выполнения стойки на голове и на руках, правила игры «Парашютисты»	сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Познавательные: выполнять стойку на голове и на руках, играть в подвижную игру «Парашютисты»	мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающего я; формировани е эстетических потребностей и чувств	технику выполнения стойки на руках
47	27.12		Круговая трениров ка	Комбиниров анный урок	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Стойка на голове и руках. Круговая тренировка Подвижная игра «Волшебные елочки»	Знать технику выполнения стойки на голове и руках, как проходить станции круговой тренировки, правила игры «Волшебные елочки»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме. Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Познавательные: выполнять стойку на голове и руках, проходить станции круговой тренировки,	Развитие самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе; формировани е	Не задано

							играть в подвижную игру «Волшебные елочки»	эстетических потребностей , ценностей и чувств; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
48	30.12		Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине	Комбинированный урок	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Лазанье и перелезание на гимнастической стенке. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, как выполнять лазанье и перелезание на гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование эстетических потребностей , ценностей и чувств	Не задано

							защитница»		
49 - 50	13.01- 15.01		Лазанье и перелезание по гимнастической стенке	Комбинированный урок	Разминка у гимнастической стенки, лазанье и перелезание по гимнастической стенке, вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать, какие варианты лазанья и перелезания по гимнастической стенке существуют, как выполнять вис завесом одной и двумя ногами на перекладине, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; работать в группе.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: лазать и перелезать на гимнастической стенке, выполнять вис завесом одной и двумя ногами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Знать правила подвижной игры «Белочка-защитница»
51	16.01		Прыжки в скакалку	Комбинированный урок	Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать технику прыжков в скакалку, правила игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и	Не задано

							прыгать со скакалкой и в скакалку, играть в подвижную игру «Горячая линия»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
52	20.01		Прыжки в скакалку в тройках	Комбинированный урок	Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках. Подвижная игра «Горячая линия»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку и прыжки в скакалку в тройках, правила игры «Горячая линия»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в одиночку и в тройках,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений	Не задано

							играть в подвижную игру «Горячая линия»	й о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
53 - 54	22.01-23.01		Лазанье по канату в три приема	Комбинированный урок	Разминка со скакалками. Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. Подвижная игра «Будь осторожен» ²	Знать, как прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в тройках, лазать по канату в три приема, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;	Знать, как прыгать в скакалку в тройках

								формировани е эстетических потребностей , ценностей и чувств	
55	27.01		Круговая трениров ка	Репродуктив ный урок	Разминка со скакалками. Круговая тренировка. Подвижная игра «Будь осторожен»	Знать, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Будь осторожен»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: самостоя тельно формулировать познавательные цели.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, играть в подвижную игру «Будь осторожен»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе; формировани е эстетических потребностей , ценностей и чувств;	Не задано

								формировани е установки на безопасный и здоровый образ жизни	
56	29.01		Упражнения на гимнастическом бревне	Комбинированный урок	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне. Подвижная игра «Шмель»	Знать, как выполнять прыжки в скакалку в движении, какие упражнения можно выполнять на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Шмель»	<p>Коммуникативные: представлять конкретно содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: прыгать в скакалку в движении, выполнять упражнения на бревне, играть в подвижную игру «Шмель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Не задано
57	30.01		Упражнения на гимнастических кольцах	Комбинированный урок	Разминка, направленная на развитие координации движений. Упражнения на гимнастическом	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, правила подвижной игры «Ловишка с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла	Знать, как выполнять упражнения на гимнастических кольцах

					м бревне, упражнения на гимнастических кольцах. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове»		осуществлять действие по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять упражнения на гимнастических кольцах и бревне, играть в подвижную игру «Ловишка с мешочком на голове»	учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	
58	03.02		Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Разминка в движении. Комбинация на гимнастических кольцах. Упражнения на гимнастическом бревне, круговая тренировка. Подвижная игра «Салки с	Знать комбинацию на гимнастических кольцах, как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, как проходить станции круговой тренировки, правила подвижной игры «Салки с домиками»	Коммуникативные: сотрудничать в ходе групповой работы. Регулятивные: владеть средствами саморегуляции. Познавательные: выполнять комбинацию на гимнастических кольцах, упражнения на гимнастическом бревне, проходить станции	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности	Не задано

					домиками»		круговой тренировки, играть в подвижную игру «Салки с домиками»	сти за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	
59 - 60	05.02-06.02		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Комбинированный урок	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижная игра «Белочка-защитница»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, правила подвижной игры «Белочка-защитница»	<p>Коммуникативные: оречевлять содержание совершаемых действий.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности.</p> <p>Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке разными</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности	Не задано

							способами, играть в подвижную игру «Белочка-защитница»	сти за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
61	10.02		Варианты вращения обруча	Комбинированный урок	Разминка с обручами в движении. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Варианты вращения обруча. Подвижная игра «Перебежки с мешочком на голове»	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке, различные варианты вращения обруча, правила подвижной игры «Перебежки с мешочком на голове»	<p>Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: лазать по наклонной гимнастической скамейке, вращать обруч различными способами, играть в подвижную игру «Перебежки с мешочком на голове»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование	Знать технику лазанья по наклонной гимнастической скамейке

								эстетических потребностей , ценностей и чувств	
62	12.02		Круговая тренировка	Репродуктивный урок	Разминка с обручами в движении. Круговая тренировка. Подвижные игры	Знать, как проходить станции круговой тренировки, как выбирать подвижные игры, учитывая общие интересы	<p>Коммуникативные: уважать иное мнение, обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: проходить станции круговой тренировки, выбирать подвижные игры и играть в них</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; формирование эстетических потребностей , ценностей и чувств	Не задано

63 - 64	13.02- 17.02		Полоса препятствий	Комбинированный урок	Разминка в движении. Полоса препятствий. Подвижная игра «Удочка»	Знать, как преодолевать полосу препятствий, правила подвижной игры «Удочка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: преодолевать полосу препятствий, играть в подвижную игру «Удочка»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	Не задано
65 -66	19.02- 20.02		Усложненная полоса препятствий	Комбинированный урок	Разминка в движении. Усложненная полоса препятствий. Подвижная игра «Совушка»	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий, правила подвижной игры «Совушка»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать учителя.</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные:</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося	Знать, как проходить усложненную полосу препятствий

							преодолевать усложненную полосу препятствий, играть в подвижную игру «Совушка»	я; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	
67 - 68	24.02-26.02		Ступающий и скользящий на лыжах без лыжных палок	Комбинированный урок	Методические требования на уроках лыжной подготовки	Знать, как выполняется ступающий и скользящий на лыжах без лыжных палок	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: знать, как выполняется ступающий и скользящий на лыжах без лыжных палок</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Не задано
69	27.02		Повороты на лыжах	Комбинированный урок	Повороты на лыжах	Знать, как выполняется повороты на лыжах	Коммуникативные: представлять конкретное	Развитие мотивов	Знать, как выполняется

			переступанием и прыжком		переступанием и прыжком	переступанием и прыжком	<p>содержание и излагать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: выполняют повороты на лыжах переступанием и прыжком</p>	учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	повороты на лыжах переступанием и прыжком
70	02.03		Попеременный двухшажный ход	Комбинированный урок	Попеременный двухшажный ход	Знать выполнение попеременного двухшажного хода	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: знать попеременный</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков	Не задано

							двухшажный ход	сотрудниче ства со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
71	04.03		Одновременный двухшажный ход	Комбинированный урок		Знать технику одновременного двухшажного хода	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать).</p> <p>Регулятивные: проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества.</p> <p>Познавательные: выполнять технику одновременного двухшажного хода</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни	Знать технику одновременного двухшажного хода
72	05.03		Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Комбинированный урок	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Знать передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	Не задано

							<p>сохранять заданную цель, осуществлять действие по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: знать передвижение и спуск на лыжах «змейкой»</p>	<p>социальных ситуациях; формировании установки на безопасный и здоровый образ жизни</p>	
73	11.03		Спуск со склона в низкой стойке	Комбинированный урок	Спуск со склона в низкой стойке	Знать изученный спуск со склона в низкой стойке	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уважать иное мнение.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: Знать изученный спуск со склона в низкой стойке</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	Не задано
74 - 75	12.03-16.03		Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Комбинированный урок	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	Знать, как распределять силы при прохождении дистанции 1,5 км на лыжах	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные: контроль</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла</p>	Знать, как распределять силы при прохождении дистанции 1,5 км на лыжах

							ировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. Познавательные	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
76 - 77	18.03-19.03		Подвижная игра «Пионербол»	Комбинированный урок	Разминка с мячами. Подвижная игра «Пионербол». Броски мяча через волейбольную сетку.	Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов; слушать и слышать учителя. Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу. Познавательные: выполнять броски через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Не задано

								, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	
78	30.03		Волейбол как вид спорта	Комбинированный урок	Разминка с мячами в парах. Спортивная игра «Волейбол», волейбольные упражнения. Подвижная игра «Пионербол»	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: выполнять волейбольные упражнения, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование чувств гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Знать волейбол как вид спорта

79 - 80	01.04- 02.04		Подготовка к волейболу	Комбинированный урок	Разминка с мячами в парах. Волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»	Знать, какими бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	<p>Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач.</p> <p>Познавательные: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Пионербол»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	Не задано
81	06.04		Контрольный урок по волейболу	Контрольный урок	Разминка с мячом в движении. Знания и умения из области волейбола, подвижная	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу, какие подготовительные упражнения существуют, правила подвижной игры	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности, сочувствия другим людям,	Знать, какие умения и навыки относятся к волейболу

					игра «Пионербол»	«Пионербол»	определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, адекватно оценивать свое действие и действие партнера. <i>Познавательные:</i> применять умения и знания из области волейбола на практике, играть в подвижную игру «Пионербол»	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
82	08.04		Броски набивного мяча способами и «от груди и снизу»	Комбинированный урок	Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу». Подвижная игра «Точно в цель»	Знать, как выполняются броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу», правила подвижной игры «Точно в цель»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. <i>Познавательные:</i> бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в подвижную игру «Точно в цель»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе	Не задано

								представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
83	09.04		Броски набивного мяча правой и левой рукой	Контрольный урок	Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой. Подвижная игра «Точно в цель»	Знать варианты выполнения бросков набивного мяча правой и левой рукой, правила подвижной игры «Точно в цель»	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: осуществлять действия по образцу и заданному правилу.</p> <p>Познавательные: бросать набивной мяч из-за головы, правой и левой рукой, играть в подвижную игру «Точно в цель»</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости	Не задано

								ти и свободе	
84	13.04		Тестирование виса на время	Контрольный урок	Разминка с мячом в движении. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч»	Знать, как проходит тестирование виса на время, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование виса на время, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Знать правила подвижной игры «Борьба за мяч»
85	15.04		Тестирование наклона вперед из положения	Контрольный урок	Разминка с мячом в движении, тестирование наклона вперед	Знать, как проходит тестирование наклона вперед из положения стоя, правила подвижной игры «Борьба за мяч»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p>Регулятивные:</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и	Не задано

			я стоя		из положения стоя. Подвижная игра «Борьба за мяч»		адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: прохо- дить тестирование наклона вперед из положения стоя, играть в подвижную игру «Борьба за мяч»	эмоциональн о-нравствен- ной отзывчивости , сочувствия другим людям; развитие самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе, развитие навыков сотрудничес тва со сверстниками	
86	16.04		Тестиров ание прыжка в длину с места	Контрольны й урок	Разминка, направленная на подготовку организма к прыжкам в длину, тестирование прыжка в	Знать, как проходит тестирование прыжка в длину с места, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: адекватно понимать	Развитие этических чувств, доброжелател ьности и эмоциональн о-нравствен- ной	Не задано

					длину с места, спортивная игра «Гандбол»		оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в спортивную игру «Гандбол»	отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие навыков сотрудничества со сверстниками	
87	20.04		Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись	Контрольный урок	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, спортивная игра «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, правила спортивной игры «Гандбол»	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель. Познавательные: проходить тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, играть в спортивную игру «Гандбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Знать правила спортивной игры «Гандбол»

88	22.04		Тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с.	Контрольный урок	Разминка, направленная на развитие координации движений, тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., спортивная игра «Гандбол»	Знать, как проходит тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., правила спортивной игры «Гандбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование подъема туловища из положения лежа на спине за 30 с., играть в спортивную игру «Гандбол»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Не задано
89	23.04		Знакомство с баскетболом	Изучение нового материала	Разминка с мячом на месте и в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	Знать, какие варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо существуют, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно формулировать познавательные цели,</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	Не задано

							<p>находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол</p>	<p>роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный образ жизни</p>	
90	27.04		Тестирование метания малого мяча на точность	Контрольный урок	Разминка с мячом на месте и в движении. Тестирование метания малого мяча на точность. Спортивная игра «Баскетбол»	Знать, как проходит тестирование метания малого мяча на точность, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания малого мяча на точность, играть в баскетбол</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на</p>	Знать правила спортивной игры «Баскетбол»

								основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
91-92	29.04-30.04		Спортивная игра «Баскетбол» РК	Комбинированный урок	Разминка в движении с мячом. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	Знать варианты, бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: бросать мяч в баскетбольное кольцо, играть в баскетбол</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Не задано
93	04.05		Беговые упражнения	Комбинированный урок	Разминка в движении, беговые упражнения, подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»	Знать варианты беговых упражнений, правила подвижных игр «Колдунчики» и «Вызов»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: самостоятельно</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	Знать варианты беговых упражнений

							<p>формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию.</p> <p>Познавательные: выполнять беговые упражнения и играть в подвижные игры «Колдунчики» и «Вызов»</p>	<p>принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости</p>	
94	06.05		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Контрольный урок	Разминка в движении, тестирование бега на 30 м с высокого старта Подвижная игра «Командные хвостики»	Знать, как проходит тестирование бега на 30 м с высокого старта, правила подвижной игры «Командные хвостики»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, играть в подвижную игру «Командные хвостики»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений</p>	Не задано

								й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе	
95	07.05		Тестиров ание челночно го бега 3x10 м	Контрольны й урок	Беговая разминка, тестирование челночного бега 3x10 м. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	Знать, как проходит тестирование челночного бега 3x10 м, правила подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватн о понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: прохо дить тестирование челночного бега 3x10 м, играть в подвижную игру «Бросай далеко, собирай быстрее»</p>	Развитие этических чувств, доброжелател ьности и эмоциональн о-нравствен- ной отзывчивости , развитие самостоятель ности и личной ответственн ости за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе, формировани е установки на безопасный	Не задано

								образ жизни	
96	13.05		Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность	Контрольный урок	Беговая разминка. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность. Подвижная игра «Круговая охота»	Знать, как проходит тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, правила подвижной игры «Круговая охота»	<p>Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, слушать и слышать друг друга.</p> <p>Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель.</p> <p>Познавательные: проходить тестирование метания мешочка (мяча) на дальность, играть в подвижную игру «Круговая охота»</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	Знать правила подвижной игры «Круговая охота»
97 - 98	14.05-18.05		Спортивная игра «Футбол» Р.К.	Комбинированный урок	Разминка в движении, подвижная игра «Хвостики», подвижная игра «Собачки ногами»,	Знать правила подвижной игры «Собачки ногами», спортивной игры «Футбол»	<p>Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p>Регулятивные: адекватно оценивать свои действия и</p>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	Не задано

					спортивная игра «Футбол		действия партнеров, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: играть в подвижную игру «Собачки ногами», спортивную игру «Футбол»	отзывчивости ; сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	
99	20.05		Подвижная игра «Флаг на башне»	Комбинированный урок	Разминка в движении. Подвижные игры «Собачки ногами», «Флаг на башне»	Знать правила подвижных игр «Собачки ногами», «Флаг на башне»	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: сотрудничать со сверстниками в совместном решении задач. Познавательные: играть в подвижные игры «Собачки ногами», «Флаг на башне»	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Знать правила подвижных игр «Собачки ногами», «Флаг на башне»
100	21.05		Бег на 1000 м	Контрольный урок	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на	Знать, как проходит тестирование бега на 1000 м, правила спортивной игры	Коммуникативные: с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами	Развитие этических чувств, доброжелатель	Не задано

					1000 м, спортивная игра «Футбол»	«Футбол»	и условиями коммуникации. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. Познавательные: пробегать дистанцию 1000 м, играть в спортивную игру «Футбол»	ьности и эмоциональн о-нравствен ной отзывчивости , сочувствия другим людям; развитие самостоятель ности и личной ответственно сти за свои поступки на основе представлени й о нравственных нормах, социальной справедливос ти и свободе	
101	25.05		Спортивн ые игры	Репродуктив ный урок	Беговая разминка, спортивные игры, подвижная игра «Марш с закрытыми глазами»	Знать правила спортивных игр, как их выбирать, правила подвижной игры «Марш с закрытыми глазами»	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоя тельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую	Развитие навыков сотрудничест ва со сверстниками , умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных	Не задано

							информацию. Познавательные: играть в спортивные игры и подвижную игру «Марш с закрытыми глазами»	ситуаций	
102	27.05- 28.05		Подвижн ые и спортивн ые игры	Репродуктив ный урок	Беговая разминка, подвижные и спортивные игры, подведение итогов года	Знать, как выбирать и играть в подвижные и спортивные игры, как подводить итоги года	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга и учителя. Регулятивные: самостоя тельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. Познавательные: играть в выбранные подвижные и спортивные игры, подводить итоги года	Развитие этических чувств, доброжелател ьности и эмоциональн о-нравствен- ной отзывчивости , навыков сотрудничес тва со сверстниками и взрослыми в разных социальнызна тых ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Знать как подводить итоги года

