

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Степновская средняя общеобразовательная школа»  
Ленинского муниципального района Волгоградской области

«Согласовано»

На заседании МО рекомендовано  
к утверждению

Протокол № 1 от 27.08.2020г.

Руководитель МО *Мон*

Утверждено:

Директор МКОУ «Степновская СОШ»

\_\_\_\_\_ Соколова Н.Г.  
приказ № 90 от 27.08.2020г.



Рабочая программа по предмету

«Физическая культура»

(базовый уровень) для 3 класса

учителя Физкультуры МКОУ

«Степновская средняя общеобразовательная школа»

Ленинского муниципального района Волгоградской области

Махмудовой Любови Шухратовны

2020- 2021 учебный год

## **Рабочая программа по физической культуре 3 класс Пояснительная записка**

к рабочей программе по физической культуре для 5 класса

Рабочая программа «Физическая культура для 5 класса» составлена в соответствии с «Комплексной программой Физического воспитания 1-11 классов» (авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич, включёнными в федеральный перечень учебников и рекомендованными Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

Программа рассчитана на 3 часа в неделю в соответствии с учебным планом образовательного учреждения и на 34 недели в соответствии с Уставом данного образовательного учреждения.

Программа включает: пояснительную записку, сетка часов, календарно-тематический план, критерии оценивания подготовленности учащихся по физической культуре

Данная программа предполагает использование учебно- методического комплекса, включающего:

### **1.Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 класса**

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2019.

#### **2. Учебники:**

- **Физическая культура– 5 класс**, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха, Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2019.

Рабочая программа содействует всестороннему развитию личности, способствует творческому применению полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Распределение учебного времени на различные виды программного материала (сетка часов) для 5 класса

Количество часов: 68ч.; в неделю 2 ч.

- Программа разработана на основе: примерной программы по предмету «Физическая культура» и авторской программы «Физическая культура» *В.И. Ляха* предметной линии учебников системы «Школа России»;

### **1. Планируемые результаты изучения учебного предмета.**

#### **Предметные результаты**

- знать правил безопасности при занятиях физическими упражнениями;
- знать понятий высокий старт, эстафетный бег (встречная эстафета);
- о взаимосвязи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактики травматизма;
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки и профилактики плоскостопия;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- демонстрировать уровень физической подготовленности, вести дневник самонаблюдения, выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации.
- подсчитывать ЧСС при выполнении физических упражнений;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий в спортивных играх (футбол, баскетбол, волейбол и т.д.)
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах и потертостях.
- выполнять команд: «Шире шаг!», «Реже шаг!»;
- выполнять построение в колонну, шеренгу по инструкции учителя;
- выполнять повороты на месте (направо, налево) под счет;
- выполнять размыкание и смыкание приставными шагами;
- выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два через середину зала в движении с поворотом;
- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с предметами и без предметов;
- выполнять перекаты в группировке, 2-3 кувырка вперед, мост из положения лежа;
- выполнять лазание по наклонной скамейке с опорой на стопы и кисти рук, пролезание сквозь обруч;
- выполнять упражнения в равновесии (стойка на одной ноге, другая в сторону, назад, вперед с различным положением рук);
- выполнять прыжок боком через скамейку с опорой на руки, прыжок в глубину из приседа;
- ходить с контролем и без контроля зрения;

- выполнять прыжки в длину способом согнув ноги;
- выполнять метание малого мяча правой и левой рукой на дальность в горизонтальную и вертикальную цель.
- выполнять специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации);
- выполнять упражнения общей физической направленности на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### Легкая атлетика в 3 классе:

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
Олимпийские игры современности. Двигательный режим дня. Измерение ЧСС. Самоконтроль.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> Олимпийскими видами спорта, проведение Олимпиад. <b>выполняет:</b> двигательный режим; измерение пульса; контроль за самочувствием.
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Специальные беговые, прыжковые упражнения, упражнения для метаний.	<b>выполняет:</b> специальные беговые, прыжковые, упражнения для метаний;
<b>Бег</b>	
Бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х50м; челночный бег 3х10м; 4х9м; бег 1000м без учета времен; подвижные игры, эстафеты.	<b>выполняет:</b> бег 30м; повторный бег 2х20м, 2х30м, 2х50м; челночный бег 3х10м, 4х9м; чередование ходьбы и бега 1000м; равномерный бег 1000м; <b>играет:</b> подвижные игры, эстафеты с элементами бега.
<b>Прыжки</b>	
Прыжки в длину с места; прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» (отталкивание приземление); прыжок в высоту способом «перешагивание»	<b>выполняет:</b> прыжок в длину с места на заданное расстояние; прыжок на результат; прыжок в длину с разбега; прыжок в высоту способом «перешагивание»
<b>Метание</b>	
Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели (9м); метание мяча на	<b>выполняет:</b> метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели;

дальность; подвижные игры с элементами метаний.	метание на дальность; <b>играет:</b> подвижные игры, с элементами метаний.
<b>Домашние задания (самостоятельные занятия)</b>	
Броски, ловля теннисного мяча из различных исходных положений, с поворотами; равномерный бег умеренной интенсивности; прыжки через скакалку; выполнение многоскоков.	<b>выполняет:</b> броски и ловлю теннисного мяча; бег; прыжки.

### Подвижные игры в 3 классе:

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
Название и правила подвижных, народных и спортивных игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> названием и правилами игр; соблюдают правила безопасности.
<b>На материале раздела «гимнастика с основами акробатики»</b>	
«У медведя во бору»; «Раки»; «Тройка»; «Бой петухов»; «Совушка»; «Салки – догонялки»; «Не урони мешочек» и т.д. Игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись – разойдись», «Смена мест», «К своим флажкам», «Запрещенное движение», «Класс, смирно!».	<b>выполняет:</b> правила игры; технику безопасности.
<b>На материале раздела «Легкая атлетика»</b>	
«Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Третий лишний», «Кто дальше бросит», «Зайцы в огороде», «Точно в мишень», «Метатели», «Удочка»; Эстафеты с бегом прыжками, метанием.	<b>выполняет:</b> правила игры; технику безопасности.
<b>На материале раздела «Спортивные игры»</b>	
<b>Футбол</b>	
Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с 1-2 шагов; по мячу, катящемуся на встречу; удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу; ведение мяча между предметами и с обводкой предметов; эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру; игра в футбол по упрощенным правилам «Мини-футбол»; подвижные игры «Точная передача», «Передал –	<b>выполняет:</b> удары по мячу; ведение и передача мяча, правила игры, техника безопасности

садись» и т.д.	
<b>Баскетбол</b>	
Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы: броски мяча 2-мя руками стоя на месте (мяч снизу, у груди, сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ведение мяча на месте и в движении; бросок мяча от груди на месте в щит, цель; эстафеты с мячами; игра в баскетбол по упрощённым правилам («мини-баскетбол»); «Охотник и утки», «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Выстрел в небо» и т.д.	<b>выполняет:</b> ловлю, передачи, ведение, броски мяча; правила игры; техника безопасности.
<b>Волейбол</b>	
Подбрасывание и подача мяча; прием мяча снизу 2-мя руками; передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача; передача мяча через сетку (передача 2-мя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча в парах, на месте и в движении правым (левым) боком; эстафеты с мячом; игра в «Пионербол» по упрощённым правилам, «Снайперы», «Охотники и утки», «Перебежка» и т.д.	<b>выполняет:</b> подбрасывание, подача, прием, передача мяча; правила игры, техника безопасности
<b>Домашние задания (самостоятельные занятия)</b>	
Упражнения в бросках, ловле и передачах мяча, ударах и остановках мяча ногами, ведение мяча на месте и в движении.	Используют подвижные игры для активного отдыха.

### 3. Тематическое планирование.

№	Вид программного материала				
				III	
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
1.2	Легкоатлетические упражнения			21	
1.3	Кроссовая подготовка			21	
2.1	Подвижные игры с элементами спортивных игр			26	
				68	

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно-тематическое планирование по физической культуре в 3 классе.

№	Дата			Раздел программы, тема, содержание	К-во часов	Планируемые результаты		
	План	Факт	Предметные			Метапредметные УУД	Личностные	
<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>					<b>21 час</b>			
1			<p><b>Инструктаж по ОТ и ТБ при проведении уроков легкой атлетики.</b></p> <p>Строевые упражнения. Построение в две шеренги .Общеразвивающие упражнения (далее: ОУ). Равномерный бег до 3-х мин. Бег с максимальной скоростью до 30м.</p>	1	<p>Научатся выполнять правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры, быстро и точно реагировать на сигналы, владеть школой движений</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решений; <i>оценка</i> – выделять и формулировать усвоенный материал.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы выполнения упражнений.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных</p>	<p><b>Самоопределение:</b> осознание ответственности человека за общее благополучие</p>	

						и учебных задач	
2			<p><b>Высокий старт. Бег на короткие дистанции (30 м-40м).</b></p> <p>Строевые упражнения. выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!».</p> <p>ОУ . Повторение высокого старта. Команды"На старт!"»Внимание», "Марш!" Челночный бег.</p>	1	Научатся выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам: "На старт!"»Внимание», "Марш!"	<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать задачу.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</p>
3			<p><b>Бег 30 м</b></p> <p>Строевые упражнения. Выполнение команды «На первый – второй рассчитайся!».</p> <p>ОУ. Равномерный</p>	1	Научатся правильно выполнять бег 30м с высокого старта по дистанции и финиширование.	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов</p>

			бег. Подвижные игры			<b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
4			<b>Бег 30 м - контроль.</b>  Строевые упражнения. Выполнение команды «На первый – второй рассчитайся!». ОУ. Равномерный бег.  Подвижные игры.	1	Научатся правильно выполнять бег 30м с высокого старта по дистанции и финиширование.	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.  <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i>	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности;
5			<b>Прыжки в длину с разбега и с места.</b>  Строевые	1	Выполнять прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 30-50 см. Научиться правильно выполнять разбег, отталкивание и приземление в	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

		упражнения (далее СТУ). ОУ. Бег до 60м. Эстафеты. Прыжки на скакалке. Силовые упражнения.		прыжках в длину с разбега.	применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – применять	
6		<b>Прыжки в длину с разбега и с места.</b>  СТУ. ОУ. Бег до 100м. Эстафеты. Прыжок в длину с разбега ( <b>контроль</b> ).  Прыжок в длину с места ( <b>контроль</b> ). Силовые упражнения	1	Научиться правильно выполнять разбег, отталкивание и приземление в прыжках в длину с разбега.	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; применять установленные правила в планировании способа решения.  <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – применять	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.
7		<b>Подтягивание нанизкой перекладине из виса лежа(девочки). Подтягивание в висе(мальчики).</b>  Строевые упражнения, команды «На первый – второй рассчитайся!»	1	Научиться правильно выполнять подтягивание хватом сверху.	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.  <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> –	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов

			<p>передвижение в колонне, по «диагонали», «противоходом» и «змейкой».</p> <p>ОУ. Бег с максимальной скоростью до 100м.</p>			<p>определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	
8		<p><b>Подтягивание - контроль.</b></p> <p>СТУ. ОУ. Бег до 200м. Челночный бег. Подтягивание - контроль. Прыжки на скакалке.</p>	1	<p>Научиться правильно выполнять подтягивание хватом сверху.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов</p>	

						деятельности	
9			<p><b>Бег на 500м.</b> Челночный бег.</p> <p>Прыжки на скакалке. Прыжки в высоту.</p> <p>СТУ. ОУ. Равномерный бег до 5 минут</p>	1	Научится отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; выполнять безопасное приземление.	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
10 - 11			<p><b>Равномерный бег до 5 минут на 500м.</b> Челночный бег.</p> <p>СТУ. ОУ. Прыжки в длину с места. (контроль).</p>	2	Научится распределять силы при беге на длинные дистанции	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
12			<b>Метание мяча</b>	2	Научиться метать малый мяч на	<b>Познавательные:</b> самостоятельно	<b>Личностные:</b> понимать значение

- 13		<p><i>на дальность.</i> с места и с 3-х шагов разбега.</p> <p>СТУ. ОУ. Метание мяча на дальность. Равномерный бег до 5 минут до 500м.</p>		<p>дальность с 3-х шагов разбега Научиться выполнять правильное движение рукой во время замаха.</p>	<p>тельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>знаний для человека и принимать его, раскрывать внутреннюю позицию школьника.</p>
14 - 15		<p>Метание мяча на дальность с места и с 3-х шагов разбега.</p> <p>Равномерный бег до 5 минут до 500м.</p>	2	<p>Научиться метать малый мяч на дальность с 3-х шагов разбега Научиться выполнять правильное движение рукой во время замаха.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b> понимать значение знаний для человека и принимать его, раскрывать внутреннюю позицию школьника.</p>

16 - 17		<p>Метание мяча на дальность с места и с 3-х шагов разбега.</p> <p>Равномерный бег до 5 минут до 500м.</p>	2	<p>Научиться метать малый мяч на дальность с 3-х шагов разбега</p> <p>Научиться выполнять правильное движение рукой во время замаха.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b> понимать значение знаний для человека и принимать его; раскрывать внутреннюю позицию школьника.</p>
18 - 19		<p><b>Метание мяча на дальность - контроль.</b></p> <p>Равномерный бег до 1000м. Кроссовая подготовка. СТУ. ОУ. Эстафеты..</p>	2	<p>Научиться правильно выполнять легкоатлетическое упражнение и добиваться нужного результата.</p>	<p><b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своего действия.</p>	<p><b>Личностные:</b> Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
20 - 21		<p><b>Челночный бег 3x10м - контроль.</b></p> <p>СТУ. ОУ. Бег.</p>	2	<p>Научить выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно держать корпус и руки при беге в</p>	<p><b>Познавательные:</b> ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.</p>

			П/и "Ловишки с лентой".		сочетании с дыханием.	инструкцию педагога и четко следовать ей, осуществлять итоговый и пошаговый контроль, адекватно воспринимать оценку учителя.  <b>Коммуникативные:</b> формировать собственное мнение и позицию, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.	
--	--	--	-------------------------	--	-----------------------	--	--

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ			24час			
22		<p><b>Инструктаж по ОТ и ТБ при проведении уроков по подвижным играм.</b></p> <p>ОУ с мячом. Эстафеты с мячом. Развитие координационных способностей. П/и "Охотники и утки" .</p>	1	<p>Научиться грамотно использовать технику метания мяча при выполнении упражнений; соблюдать правила поведения и предупреждать травматизм во время занятий.</p>	<p><b>Познавательные:</b> ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формировать собственное мнение и позицию, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей, уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
23		<p><b>Баскетбол.</b></p> <p>ОУ с мячом. Ловля - передача мяча стоя на месте. П/и "перестрелка" Развитие скоростно -силовых</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- выполнять упражнения по образцу учителя и</p>	<p><b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p>	<p><b>Личностные:</b> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие</p>

			способностей.		показу лучших учеников;  - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий с мячами.	<b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  <b>Коммуникативные:</b> ориентироваться на позицию партнеров общения и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	интересы.
24			<b>Баскетбол</b>  ОУ с мячом. Ловля-передача мяча на месте и в движении. Прыжок в длину с места - контроль. П/и "Гонка мячей по кругу". Развитие силовых способностей.	1	<b>Научатся:</b>  - выполнять действие по эталону учителя.	<b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.  <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя.  <b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
25			<b>Баскетбол.</b>  ОУ. Упражнения с мячом на месте и в движении. П/и "Мяч ловцу". Развитие силовых способностей.	1	<b>Научатся:</b>  - выполнять упражнения с мячом, координируя свои действия.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.  <b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

					<b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируясь на позицию партнера в общении и взаимодействии.		
26			<b>Баскетбол</b> ОУ. Ведение мяча на месте и в движении. П/и "Подвижная цель". Развитие гибкости. Упражнение: вставание в сед из положения лежа на спине за 1 минуту - контроль.	1	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять ведение мяча.	<b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своих действий.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.
27			<b>Баскетбол.</b> ОУ. Ведение мяча на месте и в движении. Упражнение на гибкость - контроль. П/и "Овладей мячом".	1	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила игры, взаимодействовать на площадке.	<b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы.
28			<b>Баскетбол.</b>	1	<b>Научатся:</b>	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность,

		<p>Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы</p> <p>ОУ. Развитие скоростных способностей. П/и «Охотник и утки», «Выбивалы»</p>		<p>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку;</p> <p>- организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p>способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p>трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>
29		<p><b>Баскетбол.</b></p> <p>Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы</p> <p>СТУ. ОУ. Развитие координационных способностей. П/и</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку;</p> <p>- организовывать и проводить подвижные игры.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>
30		<p><b>Баскетбол..</b></p> <p>Броски мяча 2-мя руками стоя на месте (мяч снизу, у груди, сзади за</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <p>- технически правильно выполнять броски</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать и</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>

			головой) СТУ. ОУ. Развитие координационных способностей. П/и "Пионербол".		мяча через сетку; - организовывать и проводить подвижные игры.	сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.  <b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	
31			<b>Баскетбол.</b> Передача мяча (снизу, от груди, от плеча) ОУ. Упражнения с мячами. Эстафеты. П/и "Быстро и точно в цель".	1	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила игры, взаимодействовать на площадке.	<b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  <b>Регулятивные:</b> выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения.  <b>Коммуникативные:</b> ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы.
32			<b>Баскетбол.</b> Ведение мяча на месте и в движении.. СТУ. ОУ. Развитие скоростно-силовых способностей. П/и с ведением мяча.	1	<b>Научатся:</b> - соблюдать правила игры, взаимодействовать на площадке.  - работать в группе	<b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  <b>Регулятивные:</b> выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила	<b>Личностные:</b> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы.

					- вести подсчет пульса, определять нагрузку.	в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	
33			<i>Ловля – передача мяча.</i> Подбрасывание и подача мяча.  Совершенствование передач мяча через сетку. Ловля высоко летящего мяча. П/и «Пионербол».	1	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять передачу мяча через сетку из зоны подачи.	<b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.  <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя.  <b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
34			<i>Ловля – передача мяча.</i> Передача мяча в парах, на месте и в движении правым (левым) боком.  Совершенствование передач мяча через сетку. Ловля высоко летящего мяча. П/и «Пионербол».	1	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять передачу мяча через сетку из зоны подачи.	<b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.  <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя.  <b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
35			<i>Техника ловли – передачи мяча – контроль.</i>  Упражнения с мячами на	1	<b>Научатся:</b> - технически правильно	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в

			координацию. Упражнения с мячами. Обучение подаче двумя руками из-за головы из зоны подачи. Техника ловли – передачи мяча – контроль.		выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи.	<p><b>Регулятивные:</b> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируясь на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	достижении поставленных целей.
36			<p><b>Подбрасывание и подача мяча.</b></p> <p>Упражнения с мячами. Обучение подаче двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в «Пионербол».</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять подачу мяча и з зоны подачи<sup>4</sup></li> <li>- перемещаться по площадке по команде «Переход».</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своих действий.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>
37			<p><b>Подача мяча.</b></p> <p>Подача двумя руками из-за головы из зоны подачи. Игра в «Пионербол».</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять подачу мяча и з зоны подачи<sup>4</sup></li> <li>- перемещаться по площадке по команде</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать оценку учителя.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>

				«Переход».	<b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своих действий.	
38-39			<b>Подача мяча – контроль.</b> Подача двумя руками из-за головы из зоны подачи – контроль. Игра в «Пионербол».	2 <b>Научатся:</b> - соблюдать правила игры, взаимодействовать на площадке.	<b>Познавательные:</b> ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	<b>Личностные:</b> оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, уметь находить с ними общий язык и общие интересы.
40-41			<b>Подача мяча одной рукой через сетку.</b> Передача мяча сверху одной и 2-мя руками; нижняя прямая подача. Силовая подготовка. Игра в «Волейбол».	2 <b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять броски мяча через сетку - организовывать и проводить подвижные игры.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.	<b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.

42-43		<p><b>Подача мяча двумя руками через сетку.</b> Прием мяча снизу 2-мя руками.</p> <p>Обучение подачи мяча одной рукой через сетку. Скоростно – силовая подготовка. Игра в «Волейбол».</p>	2	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять броски мяча через сетку4</li> <li>- организовывать и проводить подвижные игры.</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>
44		<p><b>Подача мяча двумя руками через сетку.</b></p> <p>Упражнения на координацию. Броски волейбольного мяча. Игра в «Волейбол».</p>	1	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с игроками на площадке.</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> задавать вопросы, контролировать действия партнера; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.</p>
45		<p><b>Передача мяча сверху 2-мя руками; нижняя прямая подача.</b></p> <p>Бег до 500м. Игра в «Волейбол». Упражнения на силу и гибкость.</p>	1	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать во время игры на</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> –</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <i>нравственно-этическая ориентация:</i> уважительное</p>

					<p>площадке;</p> <p>- технически правильно выполнять упражнения на силу и гибкость.</p>	<p>самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	<p>отношение к другому мнению, не создавать конфликтов</p>
--	--	--	--	--	---	--	--

<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА. КРОССОВАЯ ПОДГОТОВКА</b>			21			
46-47		<p><b>Инструктаж по ОТ и ТБ при проведении уроков легкой атлетики.</b></p> <p>Кроссовая подготовка. Постановка дыхания при беге на дальние дистанции. Равномерный бег до 3-х мин.</p>	2	<p>Научатся выполнять правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры, быстро и точно реагировать на сигналы, владеть школой движений</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле дыхания и собственного состояния; <i>оценка</i> – выделять и формулировать усвоенный материал.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы,</p>	<p><b>Самоопределение:</b> осознание ответственности человека за общее благополучие</p>

					обращаться за помощью, формулировать свои затруднения.	
48-49		<p><b>Кроссовая подготовка.</b> <b>Прыжки в высоту с разбега.</b></p> <p>ОУ. Прыжки на скакалке. Упражнения на гимнастической скамейке.</p>	2	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание»</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимать инструкцию педагога и четко следовать ей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>	<p><b>Личностные:</b> проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.</p>
50-51		<p><b>Кроссовая подготовка.</b> <b>Прыжки в высоту с разбега – контроль.</b></p> <p>Прыжки в высоту с разбега – на результат(<b>контроль</b>).</p>	2	<p><b>Научатся:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технически правильно выполнять прыжок в высоту;</li> <li>- выполнять правила соревнований в прыжках в высоту.</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов</p>

					деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
52-53		<p><b>Высокий старт. Бег на короткие дистанции.</b></p> <p>Равномерный бег. Повторение высокого старта. Бег до 30м с максимальной скоростью. Силовые упражнения.</p>	2	<p>Научатся выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам: "На старт!", "Марш!"</p> <p>Подтягиваться прямым хватом рук.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать задачу.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности</p>
54-55		<p><b>Кроссовая подготовка.</b> Равномерный бег. <b>Бег на 30 м - контроль.</b></p> <p>Прыжки в длину с разбега.</p>	2	<p><b>Научатся</b> правильно выполнять бег 30м с высокого старта по дистанции и финиширование. Выполнять прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания 30-50 см.</p>	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции</p>	<p><b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов</p>

					участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
56-57		<p><b>Прыжок в длину с разбега - контроль.</b></p> <p>Ходьба. Равномерный бег до 1000м. Кроссовая подготовка.</p>	2	<p><b>Научится</b> отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; выполнять безопасное приземление.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <p>Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
58-59		<p><b>Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цели (9м); метание мяча на дальность</b></p> <p>ОУ. БЕГ до 1000м. Кроссовая подготовка. (Равномерный бег до 5 минут).</p>	2	<p><b>Научиться</b> метать малый мяч на дальность с 3-х шагов разбега Научиться выполнять правильное движение рукой во время замаха.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.</p> <p><b>Регулятивные:</b> вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, ориентироваться на позицию партнера в общении и</p>	<p><b>Личностные:</b> понимать значение знаний для человека и принимать его, раскрывать внутреннюю позицию школьника.</p>

					взаимодействии.	
60-61		Кроссовая подготовка. Равномерный бег до 5 минут до 1000м. Бег на результат ( <b>контроль</b> ) ОУ. Метание мяча на дальность с разбега. Прыжки на скакалке.	2	<b>Научиться</b> распределять силы по дистанции, оценивать величину нагрузки по частоте пульса.	<b>Познавательные:</b> ориентировать в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимать оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулировать собственное мнение и позицию, договориться и приходиться к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	<b>Личностные:</b> понимать значение знаний для человека и принимать его; раскрывать внутреннюю позицию школьника.
62-63		<b>Метание мяча на дальность с разбега (контроль).</b> СТУ. ОУ. Бег. Эстафеты.	2	<b>Научиться</b> правильно выполнять легкоатлетическое упражнение и добиваться нужного результата.	<b>Познавательные:</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> использовать речь для регуляции своего действия.	<b>Личностные:</b> Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.
64-65		<b>Полоса препятствий.</b> СТУ. ОУ. Бег. Полоса препятствий с использованием снарядов гимнастического городка. Подвижные игры.	2	<b>Научатся</b> использовать ранее изученные движения в усложненных условиях.	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов

					участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	
66		<b>Подведение итогов за год . «Веселые старты»</b>	1	Подвести итоги обучения физической культуре.	<p><b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.
67-68		<b>Резервные уроки</b>				