**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**по физической культуре 4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема урока** | **Тип****урока** | **Кол-во****часов** | **Решаемые****проблемы** | **Планируемые результаты** | **Вид****кон­троля** | **Дата** |
| **универсальные учебные****действия** | **предметные****знания** | **по плану** | **фактически** |
|  | Ознакомление с правилами поведения в спор­тивном зале и на спортивной площадке. Совершенствова­ние построений в шеренгу, ко­лонну, выпол­нение строевых команд. Разучивание общеразвивающих упражнений для комплекса утренней гимна­стики. Подвижная игра «Салки» | Вводный | 1 | Как вести себя в спортивном зале и на спортивной площадке?Цели: закрепить навыки постро­ений и перестроений; развивать координацию дви­жений в упражне­ниях утренней гимнастики | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответст­вии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.Личностные: проявляют учебно - познавательный инте­рес к новому учебному материалу | Научатся:соблюдать правила безопасного пове­дения в спор­тивном зале и на спортив­ной площадке; выполнять команды «Равняйсь!», «Смир­но!», «Вольно!»;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение рав­номерному бегу по дистанции до 400 метров. Совершенство­вание высокого и низкого стар­та, стартового ускорения. Ра­зучивание специальных бего­вых упражне­ний. Игра «Подвижная цель» | Примене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Какой должна быть спортивная форма для занятий на улице?Цели: учить бегу в равномерном темпе по дистан­ции до 400 м; за­крепить навык выполнения высокого и низкого старта, стартового ускоре­ния | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; ориентируются на пони­мание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; технически правильно выполнять высокий и низкий старт, стартовое ускорение | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание строевых упражнений. Контроль дви­гательных качеств: бег на 30м (ско­рость) | Ком-бини-рован-ный | 1 | Почему тестирова­ние проводится два раза в год?Цели: закрепить навык перестро­ения в шеренге; учить развивать скорость в беге на 30 метров | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:выполнять организующие строевые команды и приемы;выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния (бег) | Кон­троль двига­тель­ных качеств (бег на 30 метров) |  |  |
|  | Контроль дви­гательных ка­честв: прыжок в длину с места. Совершенство­вание техники бега. Подвижная игра «Охотни­ки и утки» | Ком-бини-рованный | 1 | Каковы организа­ционные приемы прыжков? Корректировка техники бега.Цели: тестирова­ние прыжка в дли­ну с места, совер­шенствование тех­ники бега | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:технически правильно дер­жать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием; технически правильно от­талкиватьсяи приземляться | Кон­троль двига­тель­ных качеств (пры­жок в длину с места) |  |  |
|  | Ознакомление с историей раз­вития физиче­ской культуры в России в XVII- XIX вв. и ее значением для подготовки солдат русской армии. Обуче­ние бегу на 60 м с высокого и низкого старта. Игра-эстафета «За мячом про­тивника» | Изучениеновогомате­риала | 1 | Как бегать на ко­роткую дистанцию с высокого и низ­кого старта?Цели: учить пра­вильной технике бега с высокого и низкого старта | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- характеризо­вать значение физической под­готовки солдат в русской армии; - выполнять легкоатлети­ческие упраж­нения - бег на 60 м с высо­кого и низкого старта | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание навыка метания тен­нисного мяча в игре-эстафете «За мячом про­тивника». Кон­троль двигатель­ных качеств: бег на 60 м с высо­кого старта | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы организа­ционные приемы выполнения кон­трольных забегов на 60 метров? Цели: учить вы­полнять бег на 60 м с высокого старта; закрепить навык метания малого мяча на дальность | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся: выполнять упражнения для развития двигательных навы­ков; технически правильно выполнять забеги на дистанцию 60 м | Кон­троль двига­тель­ных качеств (бег на 60 м) |  |  |
|  | Совершенство­вание техники бега. Контроль двигательных качеств: бег на 1000 метров | Ком-бини-рован-ный | 1 | Корректировка техники бега. Цели: учить пра­вильной технике бега в медленном темпе на дистан­ции 1000 м | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния (бег в мед­ленном темпе);равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега | Кон­троль двига­тель­ных ка­честв (бег на 1000 м) |  |  |
|  | Контроль дви­гательных ка­честв: метание теннисного мя­ча на дальность. Развитие двига­тельных качеств посредством игры «Подвиж­ная цель» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие упражнения включать в раз­минку перед мета­нием мяча?Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мя­чом | Познавательные: самостоятельно формулируют и ре­шают учебную задачу; контролируют процесс и резуль­тат действия.Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры; соблюдать правила взаи­модействияс игроками | Кон­трольдвигатель­ныхкачеств(мета­ние) |  |  |
|  | Объяснение по­нятия «физиче­ская подготовка» во взаимосвязи с развитием сис­тем дыхания и кровообраще­ния.Совершенство­вание техники низкого старта, стартового ускорения, финиширования. Игра-эстафета «Преодолей препятствие» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Общеразвивающие физкультурные упражнения.Цели: познако­мить с понятием «физическая под­готовка» и ее свя­зью с развитием систем дыхания и кровообращения, учить выполнять игровые упражне­ния из подвижных игр разной функ­циональной на­правленности | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с при­мерами из реальной жизни.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют вопросы; ориенти­руются на позицию партнера в общении и взаимодейст­вии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры-эстафеты;соблюдать правила взаимодействия с игроками;характеризо­вать значение физической подготовки в развитии сис­тем дыхания и кровообраще­ния | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание прыжка в длину с разбе­га способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств.Подвижная игра «Волк во рву» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно вы­полнять основные движения в прыж­ках?Цели: учить вы­полнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры; выполнять упражнение по образцу учителя и по­казу лучших учеников | Текущий |  |  |
|  | Совершенство­вание прыжка в длину с раз­бега.Подвижная игра «Прыгающие воробушки». Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств посредством подвижных игр | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как приземляться в прыжковую яму на обе ноги?Цели: учить пра­вильной технике прыжка в длину с разбега, разви­вать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельностиЛичностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося; раскрывают внутрен­нюю позицию школьника | Научатся:соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизмав прыжке в длину с раз­бега;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль дви­гательных ка­честв: прыжок в длину с разбе­га способом «согнув ноги». Развитие вни­мания, ловкости в игре «Пры­гающие воро­бушки» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы организа­ционные приемы прыжков?Цели: учить пра­вильной технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния (прыжки);технически правильно от­талкиваться и приземляться в прыжке в дли­ну с разбега | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(пры­жок в длину с раз­бега) |  |  |
|  | Ознакомление со способами регулирования физической на­грузки.Развитие коор­динационных качеств в упраж­нениях эстафет с мячами | Изуче­ниеновогомате­риала | 1 | Как правильно регулировать физи­ческую нагрузку? Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении эстафет с мячами | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния;регулировать физическую нагрузку по ско­рости и продолжительно­сти выполнения упражнений | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль двигательных ка­честв: челночночный бег 3 х 10 м. Совершенство­вание прыжков через низкие барьеры | Ком-бини-рован-ный | 1 | Каковы правила выполнения чел­ночного бега 3 х 10 м?Цели: развивать прыгучесть и ко­ординацию в беге с низкими барье­рами | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния;соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизмав прыжках через барьеры | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(челночный бег) |  |  |
|  | Обучение раз­бегу в прыжках в высоту спосо­бом «перешаги­вание». Разви­тие скоростно-силовых ка­честв мышц ног (прыгучесть) | Изуче­ниеновогомате­риала | 1 | Как определить толчковую ногу и с какой стороны разбегаться?Цели: учить разбе­гу в прыжках в высоту способом «перешагивание» | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- выполнять разбег в прыж­ках в высоту способом «перешагивание»; - выполнятьорганизующие строевые команды и при­емы | Текущий |  |  |
|  | Обучение прыжку в высо­ту способом «перешагива­ние».Совершенство­вание разбега в прыжках в высоту спосо­бом «перешаги­вание» | Ком­бинированный | 1 | Какова этапность обучения прыжкам в высоту способом «перешагивание»? Цели: учить вы­полнять легкоатле­тические упражне­ния - прыжки в высоту различ­ными способами | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели.Регулятивные: вносят необходимые коррективы в дей­ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.Коммуникативные: договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:- выполнять правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание разбега и прыжка в вы­соту способом «перешагива­ние».Подвижная игра «Удочка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как безопасно приземляться в прыж­ках?Цели: учить безо­пасному призем­лению после выполнения прыжка в высоту способом «перешагивание» | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- выполнять легкоатлетиче­ские упражне­ния - прыжки в высоту | Текущий |  |  |
|  | Разучивание игровых дейст­вий эстафет (броски, ловля, старт из различных положе­ний).Развитие координационных способностей в эстафетах «Ве­селые старты» | Изучениеновогомате­риала | 1 | Как правильно пе­редать и принять эстафету?Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учеб­ного материала | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- правильно пе­редавать эста­фету для разви­тия координации движений в различных ситуациях | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление с правилами безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Развитие внима­ния, мышления, координации в общеразви­вающих упраж­нениях.Подвижная игра «Перестрелка» | Ком-бинированный | 1 | Правила безопас­ности в зале с ин­вентарем и на гимнастических снарядах.Цели: учить вы­полнять общераз­вивающие упраж­нения с предмета­ми (гимнастиче­ские скамейки и стенка) | Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и ре­зультат действия.Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: договариваются и приходят к об­щему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности | Научатся:- творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного ре­зультата | Теку­щий |  |  |
|  | Повторение правил безопас­ного выполне­ния физических упражнений. Контроль дви­гательных ка­честв: подъем туловища за 30 секунд. Подвижная игра «Посадка кар­тофеля» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как избежать травм во время за­нятий физически­ми упражнениями? Цели: закрепить умение поднимать туловище из поло­жения лежа на бы­строту | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:соблюдать правила преду­преждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Кон­троль двига­тель­ных качеств (подъем туло­вища за 30 секунд) |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний акробатики: группировка, перекаты в груп­пировке, кувыр­ки, упор. Разви­тие скоростных качеств, ловко­сти, внимания | При­мене­ниезна­ний,уме­ний | 1 | Развитие координационных способностей в упраж­нениях акробатики. Цели: закрепить навыки выполне­ния упражнений акробатики | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- выполнять упражнения для развития ловкости и координации | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний: стойка на лопатках, «мост», кувы­рок вперед, кувырок назад. Развитие коорди­нации в упраж­нениях акроба­тики и гимна­стики | При­мене­ниезна­ний,уме­ний | 1 | Каковы правила выполнения упраж­нений акробатики и гимнастики? Цели: учить вы­полнять упражне­ния фронтальным, поточным и груп­повым методом | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- выполнять упражнения для оценки ди­намики инди­видуального развития основ­ных физических качеств | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание прыжков со скакалкой, выполнение упражнений в равновесиях и упорах на низ­ком гимнасти­ческом бревне | При­мене­ниезна­ний,уме­ний | 1 | Какова этапность при обучении прыжкам со ска­калкой?Цели: закрепить умение прыгать и пробегать через длинную враща­ющуюся скакалку; учить выполнять упражнения в рав­новесиях и упорах  на низком гимнастическом бревне | Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:выполнять сложные прыж­ки со скакалкой в различных сочетаниях;соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражнени­ями | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение опор­ному прыжку через гимнасти­ческого козла. Игра «Попрыгунчики-воро­бушки» | Изуче­ниеновогомате­риала | 1 | Прыжки через гимнастического козла различными спо­собами.Цели: учить прыж­кам через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на коленях, затем пере­ход в упор присев и соскок вперед) | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизмав прыжках че­рез гимнастиче­ского козла;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание прыжков через гимнасти­ческого козла. Развитие вни­мания, коорди­нации, двига­тельных качеств в упражнениях полосы препят­ствий | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила передви­жения по полосе препятствий с использованием гим­настических сна­рядов.Цели: учить безо­пасному преодоле­нию полосы пре­пятствий | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- выполнять упражнения для развития ловкости и координации | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление со способами регулирования физической на­грузки по изме­нению величи­ны отягощения. Разучивание упражнений с набивными мячами разного веса (1 кг, 2 кг) | Изуче­ниенового мате­риала | 1 | Какими способами регулируется физическая нагрузка? Цели: развивать силовые качества при выполнении упражнений с набивным мячом | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- выполнять броски и ловлю набивного мяча из разных исходных поло­жений с пра­вильной поста­новкой рук | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль двигательных ка­честв; наклон вперед из поло­жения стоя. Совершенство­вание техники выполнения упражнений акробатики ме­тодом круговой тренировки. Игра «Ниточка и иголочка» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Что такое круговая тренировка?Цели: развивать гибкость в упраж­нении наклон впе­ред из положения стоя | Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:выполнять упражнения акробатики ме­тодом круговой тренировки;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Кон­троль двига­тель­ных качеств (наклон вперед из по­ложе­ния стоя) |  |  |
|  | Обучение перемаху из виса стоя присев толчком двумя ногами, согнув ноги, в вис сза­ди согнувшись на низкой пере­кладине.Игра «Ниточка и иголочка» | Изучениеновогомате­риала | 1 | Правила безопас­ного выполне­ния упражнений на гимнастической перекладине.Цели: учить вы­полнять перемах из виса стоя на низ­кой перекладине | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно выполнять пере­мах из виса стоя на низкой пере­кладине; соблюдать правила взаимодействия с игроками; - организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упражнениям на перекладине в определенной последовательности.Подвижная игра«Переменамест» | Изучениеновогомате­риала | 1 | Какова этапность при обучении перемахам на перекладине?Цели: учить вы­полнять серию упражнений на пе­рекладине: из виса стоя присев толч­ком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опус­кание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнув­шись со сходом вперед на ноги | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями на пере­кладине | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль дви­гательных ка­честв: подтяги­вания на низкой перекладине из виса лежа (девочки) и подтягивания на пе­рекладине (маль­чики). Совер­шенствование кувырков вперед. Подвижная игра«Перемена мест» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Организационные приемы лазанья по гимнастической стенке.Цели: учить лаза­нью по гимнасти­ческой стенке; за­крепить навык вы­полнения кувырка вперед | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно вы­полнять акроба­тические эле­менты (кувырки);соблюдать правила безопасного пове­дения во время занятий | Кон­трольдвига­тель­ных качеств(подтя­гива­ние) |  |  |
|  | Совершенство­вание разучен­ных элементов гимнастики в игре «Альпи­нисты». Разви­тие силовых способностей посредством парных упраж­нений акроба­тики у гимна­стической стенки | Ком-бини-рован-ный | 1 | Упражнения акро­батики в парах. Цели: закрепить навык выполнения упражнений гим­настики | Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:выполнять упражнение по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры в по­мещении | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание лазанья по канату в три приема.Развитие скоро­стно-силовых способностей (подъем туло­вища лежа на спине). Подвижная игра «Кто быстрее» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнять ла­занье по канату? Цели: учить лаза­нью по канату в три приема | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и само­контроль результата | Научатся: .- выполнять упражнения для развития ловкости и скоростно-силовых качеств | Теку­щий |  |  |
|  | Разучивание комплекса ОРУ с гимнастиче­скими палками. Развитие вни­мания, коорди­нации, двига­тельных качеств в упражнениях полосы препят­ствий. Подвиж­ная игра «Салки с мячом» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас­ности в упражне­ниях с гимнастиче­скими палками. Цели: развивать внимание и коор­динацию в упраж­нениях с гимнастическими палками | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- организовы­вать и прово­дить подвижные игры в по­мещении;- соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий физкульту­рой | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание бросков теннисного мя­ча в цель. Разучивание упражнений на коррекцию осанки.Игра «Чья ко­манда быстрее осадит игроков» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как развивать точ­ность броска? Цели: учить точ­ным броскам тен­нисного мяча | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:точно бросать мяч; выполнять упражнения по профилакти­ке нарушения осанки | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление с правилами безопасности в упражнениях с мячами. Разучивание комплекса ОРУ с баскетболь­ными мячами. Игра «Пере­дал - садись» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Какие действия на уроке могут привести к трав­мам?Цели: учить быст­рому движению при передаче и ловле баскет­больного мяча; закрепить навык ведения мяча правой (левой) рукой в движении | Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:технически правильно бро­сать и ловить мяч при быст­ром движении;соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание техники выполнения бросков мяча в кольцо спосо­бом «снизу» после ведения. Подвижная игра «Мяч соседу» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как выполнять бро­сок мяча в кольцо способом «снизу» после ведения? Цели: закрепить навык бросков мя­ча в кольцо спосо­бом «снизу» после ведения | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:распределять свои силы во время медленного разми­ночного бега; правильно выполнять броски мяча в кольцо спосо­бом «снизу» после ведения | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание бросков баскетбольного мяча в кольцо способом «свер­ху» после веде­ния.Подвижная игра «Бросок мяча в колонне» | При­менениезнаний и уме­ний | 1 | Как выполнять бросок мяча в кольцо способом «сверху» после ведения?Цели: закрепить навык броска мяча в кольцо способом «сверху» после ведения | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- выполнять броски мяча в кольцо с пра­вильной поста­новкой рук | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение ловле и передаче мяча в движении, в «треугольни­ке». Совершен­ствование бро­ска двумя рука­ми от груди. Подвижная игра «Мяч среднему» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие быстроты и выносливости. Цели: учить быст­рому движению при ловле и пере­даче баскетбольно­го мяча различны­ми способами | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение веде­нию мяча в дви­жении с изме­нением направ­ления. Совершенствование броска мяча в кольцо. Разви­тие координа­ционных спо­собностей в иг­ре в мини-баскетбол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как правильно вес­ти и бросать мяч в кольцо?Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:выполнять движение с мя­чом с измене­нием направле­ния;соблюдать правила взаи­модействияс игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление с передвиже­ниями баскет­болиста в игре. Обучение пово­ротам на месте с мячом в ру­ках. Игра в ми­ни-баскетбол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как правильно действовать в игре в баскетбол при владении мячом? Цели: учить пра­вильно выполнять повороты на месте с мячом в руках после ведения и остановки в два шага | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно вы­полнять пово­роты на месте с мячом в ру­ках;взаимодейст­вовать с парт­нерами в игре | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за раз­витием двига­тельных качеств: поднимание туловища за 30 секунд. Игра в мини­баскетбол | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Развитие скоростно - силовых ка­честв в поднима­нии туловища из положения лежа на спине на время. Цели: учить под­нимать туловище из положения лежа на спине за 30 секунд | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других лю­дей.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школь­ника | Научатся:- выполнять упражнения для развития скоростно-силовых качеств | Кон­трольдвига­тельныхкачеств(подниманиетуло­вища за 30 с) |  |  |
|  | Совершенство­вание ведения мяча, остановки в два шага, по­воротов с мячом на месте, пере­дачи партнеру. Подвижная игра «Попади в коль­цо» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как действовать в игре, владея мя­чом, при атаке со­перника?**Цели:** закрепить навык поворотов на месте с мячом в руках после ве­дения и остановки в два шага | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно выполнять веде­ние и броски мяча;взаимодейст­вовать с парт­нерами в игре | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание бросков мяча одной ру­кой различными способами. Подвижная игра «Мяч средне­му». Игра в мини-баскетбол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Какие бывают спо­собы бросков мяча одной рукой? **Цели:** закреплять навык броска мяча одной рукой | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:выполнять броски мяча одной рукой разными спосо­бами;контролиро­вать силу, вы­соту и точность броска | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание передви­жения с веде­нием мяча приставными шагами левым и правым боком. Игра в мини­баскетбол | При­мене­ние знаний и уме­ний | 1 | Каким боком передвигаться при ведении правой ру­кой, левой рукой? **Цели**: развивать координацию при ведении мяча при­ставными шагами правым и левым боком | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно выполнять ве­дение мяча при­ставными ша­гами левыми правым боком;взаимодейст­вовать с парт­нерами в игре | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание ведения и броска мяча в корзину. Раз­витие координа­ционных способ­ностей в эстафе­тах с ведением мяча и броском в корзину. Игра в мини-баскетбол | Примене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как выполняется остановка в два шага после веде­ния мяча?Цели: учить бро­сать мяч в корзи­ну после ведения и остановки в два шага | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- технически правильно вы­полнять веде­ние мяча с последующей остановкой в два шага и броском мяча в корзину | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание ведения мяча с измене­нием направле­ния. Развитие координацион­ных способно­стей в эстафетах с ведением мя­ча. Игра в мини­баскетбол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как обводить про­тивника?Цели: учить вести баскетбольный мяч с изменением на­правления и об­водкой партнера | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:технически правильно выполнять ве­дение мяча с изменением направления;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Подвижная игра «Вышибалы двумя мячами» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Какие упражнения разминки следует выполнять перед броском набивно­го мяча?Цели: развивать силу в бросках набивного мяча из-за головы | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учеб­ной деятельности и формирование личностного смысла учения | Научатся:- самостоятель­но подбирать подводящие упражнения разминки перед броском набив­ного мяча из-за головы | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(бросокнабив­ного мяча) |  |  |
|  | Совершенство­вание баскет­больных упраж­нений.Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением и передачей мя­ча. Игра в мини­баскетбол | Примене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как действовать в игре командой? Цели: развивать навык выполнения баскетбольных упражнений в команде | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:выполнять упражнения для развития ловко­сти и координа­ции;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление с правилами безопасного поведения на уроках лыж­ной подготовки. Совершенство­вание движения на лыжах сту­пающим и сколь­зящим шагом | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Правила безопас­ного поведения на уроках лыжной подготовки.Цели: закрепить навык переноса и крепления лыж, выполнения дви­жения на лыжах | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:- соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий лыжной подготовкой | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание передви­жения на лыжах с палками сту­пающим и сколь­зящим шагом | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как подбирать спортивную фор­му в соответствии с погодой?Цели: закрепить навык передвиже­ния на лыжах с палками ступа­ющим и скользя­щим шагом | Познавательные: самостоятельно формулируют про­блемы и находят способы их решения.Регулятивные: используют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- технически правильно вы­полнять движе­ние на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом по дистанции | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание попере­менного двухшажного хода на лыжах с пал­ками,11одвижная игра «11рокатись че­рез ворота» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как правильно подбирать лыжи и палки в соответ­ствии с ростом? Цели: развивать выносливость по­переменным двухшажным ходом на лыжах с пал­ками | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- подбирать лыжи и палки по росту; -технически правильно вы­полнять попе­ременный двух- шажный ход на лыжах с пал­ками | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание одновре­менного одно­шажного хода на лыжах с пал­ками.Подвижная игра «Подними пред­мет» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Какие упражнения разминки выпол­няются перед про­хождением дис­танции на лыжах? Цели: закрепить навык одновре­менного одношаж­ного хода на лы­жах с палками | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- самостоятель­но организовы­вать и прово­дить разминку перед ходьбой на лыжах | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение одно­временному бесшажному ходу под уклон с палками. Раз­витие выносли­вости в ходь­бе на лыжах по дистанции 1 км со средней скоростью | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как распределять силы при ходьбе на лыжах на боль­шой дистанции? Цели: учить одновременному бес­шажному ходу под уклон на лыжах с палками | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- технически правильно вы­полнять одно­временный бес­шажный ход на лыжах с пал­ками под уклон | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание спуска на лыжах в вы­сокой стойке, торможения «плугом». Обу­чение подъему на лыжах спосо­бом «полуелочка» и «елочка» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как избежать па­дения при спуске с горки на лыжах? Цели: развивать выносливость, ко­ординацию в дви­жении на лыжах различными спо­собами | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения для развития координации (повороты, спуски и подъ­емы на лыжах) | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание одновре­менного двухшажного хода на лыжах с пал­ками. Развитие выносливости в ходьбе на лы­жах по дистан­ции до 1500 м | Примене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Какие действия и команды выпол­няются при обгоне на лыжах?Цели: закрепить навык выполнения одновременного двухшажного хода на лыжах с палками | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения для развития вы­носливости при прохождении на лыжах больших дис­танций | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание чередова­ния шага и хо­да на лыжах во время про­хождения дис­танции | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как выполнять че­редование шага и хода на лыжах? Цели: развивать выносливость и координацию во время прохож­дения дистанции на лыжах | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выявлять ха­рактерные ошибки в тех­нике выполне­ния лыжных ходов | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание техники торможения и поворотов на лыжах. Подвижная игра «Прокатись че­рез ворота» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | В каких случаях применяется тор­можение падени­ем?Цели: закрепить навык торможе­ния и поворотов на лыжах | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять повороты, спуски и подъемы на лыжах | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание спуска на лыжах с пал­ками со склона способом «змей­ка».Развитие вынос­ливости в ходь­бе на лыжах по дистанции 1000 м | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие выносли­вости.Цели: учить вы­полнять спуск на лыжах с палка­ми со склона спо­собом «змейка» | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии. ?Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения для развития выносливости при прохожде­нии трениро­вочных дистан­ций разучен­ными способа­ми передвиже­ния | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение ходь­бе на лыжах по дистанции 1000 м на время | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Какой интервал соблюдается при очередном старте на лыжах?Цели: учить прохождению на лы­жах дистанции 1000 м на время | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять двигательные дейст­вия лыжной подготовки, использовать их в соревнова­тельной деятель­ности | Теку­щий |  |  |
|  | Разучивание игровых упраж­нений с бегом на лыжах и без лыж | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как самостоятель­но заниматься в свободное время играми и лыжной подготовкой? Цели: учить организовывать само­стоятельную дея­тельность зимой на улице | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- организовы­вать игровую деятельность с учетом требо­ваний ее безо­пасности | Теку­щий |  |  |
|  | Ознакомление с правилами безопасности в спортивном зале с мячами. Совершенство­вание техники бросков и ловли волейбольного мяча разными способами в парах | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопасного поведения в спортивном зале с мячами.Цели: закрепить навык броска и ловли волейболь­ного мяча различ­ными способами | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять броски и ловлю волей­больного мяча | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание бросков мяча через сет­ку различными способами. Обучение ловле мяча с последу­ющими прыж­ками в два шага к сетке.Игра «Выстрел в небо» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно и точно выполнять броски мяча через сетку?Цели: учить ло­вить мяч через сет­ку; развивать координационные способности при выполнении упраж­нений с мячом | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:выполнять упражненияпо образцу учи­теля и показу лучших учени­ков;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание бросков мяча через сет­ку из зоны по­дачи двумя ру­ками.Игра в пионер­бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Подача мяча. Цели: учить ло­вить мяч через сет­ку с подачи | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- соблюдать правила предупреждения травматизма во время заня­тий упражнениями с мячом | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенствование подачи мяча через сет­ку броском од­ной рукой из зоны подачи. Игра в пионер­бол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как правильно и точно выполнять подачу мяча через сетку броском од­ной рукой из зоны подачи?**Цели:** учить ло­вить мяч с подачи | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- технически правильно выполнять подачу мяча через сетку броском одной рукой из зоны подачи | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение положению рук и ног при при­еме и передаче мяча сверху и снизу.Игра в пионер­бол | Изучениеновогомате­риала | 1 | Как правильно вы­полнять стойку волейболиста? **Цели:** учить двигательным дейст­виям во время игры в волейбол | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:выполнять упражнение с мячом по об­разцу учителя и показу луч­ших учеников;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упраж­нениям с мячом в парах:- верхняя пере­дача мяча с собственным подбрасыванием;- прием сверху и передача мяча после набрасы­вания партне­ром | Изуче­ниеновогомате­риала | 1 | Развитие координационных способностей.**Цели:** учить бро­сать и ловить мяч в паре различными способами | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять игровые упраж­нения с элемен­тами волейбола | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упраж­нениям с мячом в парах: нижняя пере­дача мяча с соб­ственным под­брасыванием;прием снизу и передача мяча после набрасы­вания партне­ром | Изуче­ниеновогомате­риала | 1 | Упражнения с мя­чом в паре.**Цели:** развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- выполнять упражнения для развития ловкости и координации | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание «стойки волейболиста». Игра в пионер­бол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие ловкости и координации. **Цели:** закрепить положение рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу сетки | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры с мя­чом; соблюдать правила взаи­модействияс игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в парах: - нижняя пря­мая подача на расстоянии 5—6 метров от партнера;-прием и пере­дачи мяча после подачи партне­ром | Изучениенового мате­риала | 1 | Как точно выпол­нять подачу и пе­редачу мяча? Цели: учить ниж­ней прямой пода­че, приему и пере­даче мяча после подачи партнером | Познавательные: определяют, где применяются дейст­вия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и ре­шают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:- технически правильно выполнять подачу и передачу мяча через сетку | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упражнениям с мячом в па­рах:-верхняя пере­дача мяча с соб­ственным под­брасыванием;-прием сверху и передача мяча после набрасы­вания партне­ром | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Упражнения с эле­ментами волейбола в паре.Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:выполнять упражнения с элементами волейбола;соблюдать правила предупреждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями с мячом | Теку­щий |  |  |
|  | Развитие коор­динационных способностей, внимания, лов­кости в упраж­нениях с эле­ментами волей­бола | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие координационных способностей.Цели: закрепить навык выполнения упражнений с эле­ментами волейбола в паре | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять подачу и передачу мяча через сетку раз­личными спо­собами | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний с элемента­ми волейбола в парах | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Правила выполне­ния бросков и лов­ли волейбольного мяча.Цели: развивать координационные способности, гла­зомер и точность при выполнении упражнений с мячом | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- соблюдать правила пове­дения и преду­преждения травматизма во время заня­тий упражне­ниями | Теку­щий |  |  |
|  | Развитие вни­мания, мышле­ния, двигатель­ных качеств по­средством волейбольных упражнений. Игра в пионер­бол с элемента­ми волейбола | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Правила и условия проведения игры в волейбол.Цели: учить при­менять освоенные навыки упражне­ний с элементами волейбола в игро­вой деятельности | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения с элементами волейбола во время игры в пионербол | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний с элемента­ми волейбола индивидуально, в парах, груп­пах.Игра в пионер­бол с элемента­ми волейбола | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие коорди­национных спо­собностей.Цели: закрепить навык двигатель­ных действий, со­ставляющих со­держание игры в волейбол | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры с мя­чом;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний с элемента­ми волейбола и применение их в пионерболе | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас­ного поведения в подвижных и спортивных иг­рах. Цели: закрепить навык двигатель­ных действий, со­ставляющих со­держание игры в волейбол | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:применять элементы волейбола в игре в пионербол;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Разучивание общеразвивающих упражнений с гимнастиче­скими палками и упражнений на гимнастиче­ской стенке. Подвижная игра «Салки с домом» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас­ности в упражне­ниях гимнастики. Цели: учить упраж­нениям на гимнастической стенке | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения ко­нечного резуль­тата | Теку­щий |  |  |
|  | Развитие коор­динационных способностей в упражнениях акробатики. Подвижная игра «Заморозки» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Правила безопас­ного выполнения упражнений акро­батики.Цели: закрепить навык выполнения кувырков вперед и назад, стойки на лопатках, голо­ве, руках у опоры | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:технически правильно выполнять упраж­нения акроба­тики;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение упраж­нениям на гим­настическом бревне высотой 80-100 см (на носках, при­ставным шагом, выпадами). Подвижная игра «Заморозки» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие равнове­сия.Цели: учить вы­полнять упражне­ния на гимнасти­ческом бревне различными спосо­бами | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:выполнять упражнения на гимнастиче­ском бревне,контролиро­вать осанку при выполнении упражнений | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний на гимна­стическом бревне.Подвижная игра «Ноги на весу» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие равнове­сия.Цели: закрепить навык упражнений на гимнастическом бревне высотой 80-100 см (присе­дания, переходы в упор присев, в упор стоя на ко­ленях) | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения для развития равновесия на гимнастиче­ском бревне | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за раз­витием двигательных качеств: прыжок в длину с места. Совершенство­вание лазанья по канату в три приема. Подвижная игра «Мышеловка» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Развитие силовых качеств.Цели: закрепить умение лазать по канату в три приема | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- характеризо­вать роль и зна­чение уроков физической культуры для укрепления си­ловых качеств | Кон­троль двига­тельных качеств (пры­жок в длину с места) |  |  |
|  | Совершенство­вание ходьбы по гимнастиче­скому бревну высотой 80- 100 см (с пово­ротами на нос­ках, на одной ноге, повороты прыжком). Подвижная игра «Мышеловка» | Приме­нение знаний и уме­ний | ] | Развитие равнове­сия.Цели: закрепить навыки ходьбы по гимнастическо­му бревну в различных сочетаниях без потери равно­весия | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:выполнять упражнения для развития равновесия;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение опор­ному прыжку через гимнасти­ческого козла. Подвижная игра «Охотники и утки» | Комби-ниро-ван-ный | 1 | Развитие силы. Цели: учить пры­гать через гимнастического козла (с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор, стоя на ко­ленях, переход в упор присев и соскок вперед) | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять опор­ный прыжок через гимна­стического козла | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание перемаха на низкой пере­кладине. Развитие координации в стой­ке на руках с опорой о стену. Подвижная игра «Вышибалы» | Приме­нение знаний и уме­ний | 1 | Развитие коорди­национных спо­собностей.Цели: закрепить навык перемаха на низкой перекла­дине из виса стоя присев толчком двумя ногами, со­гнув ноги, в вис сзади согнувшись | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнение по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков;- удерживать стойку на руках в течение длительного вре­мени | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: подтя­гивания на низ­кой перекладине из виса лежа (девочки), под­тягивания на пе­рекладине (маль­чики).Подвижная игра «Вышибалы» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Развитие силы в подтягивании на перекладине. Цели: развивать внимание, лов­кость при выпол­нении игровых упражнений с мячом | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаи­модействии.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(подтя­гива­ние) |  |  |
|  | Обучение упражнениям на перекладине в связке. Развитие коор­динации, ловко­сти, внимания в серии кувыр­ков вперед. Подвижная игра «Метко в цель» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как выполнять се­рию кувырков впе­ред?Цели: учить вы­полнять связку упражнений на пе­рекладине: из виса стоя присев толч­ком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опус­кание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнув­шись со сходом вперед на ноги | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:технически правильно выполнять упраж­нения на пере­кладине;соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий физическими упражне­ниями | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание дыхатель­ных упражне­ний по методике Л. Стрельнико­вой; развитие координации, ловкости, вни­мания в упраж­нениях акроба­тики | Ком-бини-рован-ный | 1 | Роль физкультур­ной деятельности оздоровительной направленности. Цели: учить вы­полнять упражне­ния акробатики в связке: «ласточ­ка», упор в широ­кой стойке ноги врозь, перекатом вперед, лечь, мост, «стойка на лопат­ках», перекатом вперед, упор при­сев, встать | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной на­правленности.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:- характеризо­вать физиче­скую культуру как средство укрепления здоровья, физи­ческого разви­тия и физиче­ской подготов­ки человека | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из поло­жения стоя. Совершенство­вание дыха­тельных упраж­нений по мето­дике А. Стрель­никовой. Подвижная игра «Третий лиш­ний» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Развитие гибкости. Цели: учить вы­полнять комплекс упражнений по профилактике заболе­ваний дыхательной системы посредст­вом упражнений по методике А. Стрельниковой | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной на­правленности.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:выполнять упражнения для развития гибкости;организовы­вать и прово­дить занятия физической культурой с профилакти­ческой направ­ленностью | Кон­троль двига­тель­ных качеств (наклон вперед из по­ложе­ния стоя) |  |  |
|  | Обучение гим­настике для глаз.Совершенствование упражне­ний акробатики на развитие гиб­кости («мост», «лодочка», «рыб­ка», шпагат). Подвижная игра «Удочка» | Изуче­ние но­вого мате­риала | 1 | Развитие гибкости в упражнениях ак­робатики.Цели: учить вы­полнять упражне­ния для коррекции зрения | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной на­правленности.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:- организовы­вать и прово­дить занятия физической культурой с профилакти­ческой направ­ленностью | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание упражне­ний гимнастики для глаз. Кон­троль за разви­тием двигатель­ных качеств: броски набив­ного мяча из-за головы. Развитие вни­мания, мышле­ния, координа­ции посредст­вом упражне­ний акробатики в комбинации | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Развитие координа­ционных способно­стей в упражнениях акробатики.Цели: учить вы­полнять комбина­цию упражнений акробатики (кувы­рок вперед, кувы­рок назад, прыжок вверх с поворотом на 180°, упор при­сев, прыжком упор лежа, лечь на жи­вот, «рыбка», «кор­зинка», встать) | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной на­правленности.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:выполнять упражнения гимнастики для глаз;выполнять упражнение по образцу учи­теля и показу лучших учени­ков | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(бросокнабив­ного мяча) |  |  |
|  | Развитие ловко­сти и координа­ции в упражне­ниях акробатики. Разучивание игровых дейст­вий эстафет с преодолением препятствий и элементами акробатики | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Акробатические элементы.Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учеб­ного материала | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- выполнять упражнения гимнастики и акробатики, применять их в игровой и соревновательной деятельности | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение специальным бего­вым упражне­ниям. Совер­шенствование беговых упражнений с ускоре­нием с высоко­го старта. Подвижная игра «Невод» | Ком-бини-рован-ный | 1 | Правила безопас­ного поведения на спортивной пло­щадке.Цели: закрепить навыки упражне­ний легкой атлети­ки на развитие быстроты и коор­динации | Познавательные: самостоятельно формулируют про­блемы и находят способы их решения; соотносят изучен­ные понятия с примерами из реальной жизни. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- соблюдать правила пове­дения и предупреждения травматизма во время заня­тий физически­ми упражне­ниями | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: чел­ночный бег 3x10 метров. Ознакомление со способами закаливания организма (воз­душные и сол­нечные ванны, купание в естественных водоемах).Игра «Ловишка, поймай ленту» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Как контролиро­вать развитие двигательных качеств? Цели: развивать двигательные ка­чества, выносли­вость, быстроту во время выполне­ния челночного бега | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:характеризо­вать способы закаливания организма;технически правильно выполнять чел­ночный бег | Кон­трольдвига­тель­ныхкачеств(челночный бег) |  |  |
|  | Ознакомление с доврачебной помощью при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях. Кон­троль за разви­тием двигатель­ных качеств: бег на 30 м | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Низкий старт, стартовое ускоре­ние, финиширова­ние.Цели: развивать двигательные ка­чества, выносли­вость, быстроту в беге на короткие дистанции | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной на­правленности.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Научатся:- оказывать доврачебную помощь при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях | Кон­троль двига­тель­ных качеств (бег на 30 м) |  |  |
|  | Обучение бро­скам и ловле теннисного мя­ча на дальность, в максимальном темпе, из раз­ных исходных положений в парах.Игра «Подвиж­ная цель» | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Как развивать лов­кость и быстроту? Цели: закрепить навык броска ма­лого мяча различ­ными способами | Познавательные: самостоятельно формулируют про­блемы и находят способы их решения.Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисцип­линированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:соблюдать правила взаи­модействияс игроками;организовы­вать и прово­дить подвиж­ные игры |  |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: метание теннисного мяча на даль­ность.Подвижная игра «Охотники и утки» | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Как совершенство­вать метание и лов­лю теннисного мяча? Цели: закрепить навык метания теннисного мяча на дальность | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- метать тен­нисный мяч на дальность с правильной постановкой руки | Кон­трольдвига­тельных качеств (мета­ние теннисного мяча на даль­ность) |  |  |
|  | Развитие силы в метании на­бивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из раз­ных исходных положений и различными способами в па­рах и в кругу. Игра в мини- футбол | При­мене­ниезнаний и уме­ний | 1 | Развитие силовых качеств.Цели: закрепить навык метания набивных мячей раз­личными спосо­бами | Познавательные: самостоятельно формулируют про­блемы и находят способы их решения.Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения.Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:- контролиро­вать нагрузку в процессе выполнения учеб­ных заданий | Теку­щий |  |  |
|  | Обучение прыжкам в вы­соту на месте с касанием ру­кой подвешен­ных ориенти­ров. Совершен­ствование прыж­ков в длину с разбега спосо­бом «согнув ноги».Игра в мини- футбол | Ком-бини-рован-ный | 1 | Организационные приемы прыжков. Цели: выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки в высоту и в длину с разбега | Познавательные: самостоятельно выделяют и формули­руют цели и способы их осуществления.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; ориентируются на позицию партнера в обще­нии и взаимодействии.Личностные: ориентируются на доброжелательное об­щение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в дости­жении поставленных целей | Научатся:- технически правильно выполнять двигательные дейст­вия легкой ат­летики | Теку­щий |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: пры­жок в длину с разбега спосо­бом «согнув ноги». Равномерныйшестиминутныйбег. Игра в мини- футбол | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Как развивать вы­носливость при медленном беге? Цели: учить бегу в равномерном темпе в течение 6 минут | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:равномерно распределять свои силы для завершения шестиминутно­го бега;оценивать величину нагруз­ки по частоте пульса | Кон­троль двига­тель­ных качеств (пры­жок в длину с раз­бега) |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 60 м | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе и с ускоре­нием | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оцен­ку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существо­вания у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:равномерно распределять свои силы во время бега с ускорением; оценивать величину на­грузки по час­тоте пульса | Кон­троль двига­тель­ных качеств (бег на 60 м) |  |  |
|  | Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м | Про­верка и кор­рекция знаний и уме­ний | 1 | Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе длительное время | Познавательные: самостоятельно формулируют про­блемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис­пользуют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за по­мощью; договариваются о распределении функций и ро­лей в совместной деятельности.Личностные: принимают образ «хорошего ученика» и раскрывают внутреннюю позицию школьника | Научатся:равномерно распределять свои силы для завершения бега;оценивать величину нагрузки по частоте пульса | Кон­троль двига­тельных качеств (бег на 1000 м) |  |  |
|  | Разучивание упражнений эстафет «Весёлые старты» | Ком-бини-рованный | 1 | Как использовать полученные навы­ки в процессе обу­чения?Цели: закреплять умения и навыки правильного вы­полнения основ­ных видов движе­ний | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упраж­нениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самокон­троль результата | Научатся:подбирать эстафеты и формулировать их правила;организовы­вать и прово­дить «Веселые старты»;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |
|  | Совершенство­вание подвиж­ных и спортив­ных игр по вы­бору | Ком-бини-рован-ный | 1 | Как использовать полученные навы­ки в процессе обу­чения?Цели: закреплять умения и навыки правильного вы­полнения основ­ных видов движе­ний; осуществлять подвижные игры для развития дви­гательных качеств | Познавательные: ориентируются в разнообразии спосо­бов решения задач.Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адек­ватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше­нию в совместной деятельности.Личностные: проявляют дисциплинированность, трудо­любие и упорство в достижении поставленных целей | Научатся:называть игры и формулиро­вать их прави­ла;организовывать и проводить подвижные иг­ры в помеще­нии;соблюдать правила взаимодействия с игроками | Теку­щий |  |  |