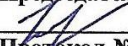


СОГЛАСОВАНО
Председатель МО НШ
 И.Г.Кунина
Протокол №1 от 08.11.2021

РЕКОМЕНДОВАНО
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ №434
Курортного района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 08.11.2021

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №434
Курортного района Санкт-Петербурга
 С.А. Шигина
Приказ №15 от 08.11.2021



Рабочая программа по физической культуре

(наименование учебного предмета)

для 3 класса

Уровень изучения предмета базовый

(базовый, профильный)

Срок реализации программы 1 год

Ф.И.О. учителя Пятаков Дмитрий Сергеевич

Санкт-Петербург

2020

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для третьего класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 года № 373 с изменениями и дополнениями,
- примерной программы по физической культуре.
- авторской программы Лях В. И. Физическая культура 1-4 кл. М.: Просвещение, 2015.
- учебного плана ГБОУ СОШ №434 на 2021-2022 учебный год

Цель изучения предмета «Физическая культура» в 3 классе являются:

1. формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
2. учебный процесс направлен на формирование *устойчивых мотивов и потребностей* школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основными задачами реализации содержания курса являются:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанью, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Место предмета в учебном плане

В соответствии с Учебным планом ГБОУ СОШ №434, на изучение предмета «Физическая культура» в 3 классе отводится **102** часа в год, 3 часа в неделю.

Учебно-методический комплекс

- Лях, В.И. «Физическая культура. 1-4 классы»: учебник для общеобразовательных учреждений /В.И.Лях – М.: Просвещение, 9
- Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1 – 4 классы, – М.: Просвещение, 2015.

Результаты освоения предмета

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Содержание учебного предмета

| № п/п | Вид программного материала | Количество часов |
|---------------|-------------------------------------|------------------|
| | | 3 класс |
| 1. | Базовая часть: | 68 |
| 1.1. | Основы знаний о физ. культуре | в процессе урока |
| 1.2. | Легкая атлетика | 14 |
| 1.3. | Подвижные игры | 12 |
| | Подвижные игры на основе баскетбола | 16 |
| 1.4. | Кроссовая подготовка | 14 |
| 1.5. | Гимнастика | 12 |
| 2. | Вариативная часть: | 34 |
| 2.1. | Катание на коньках | 34 |
| ИТОГО: | | 102 |

Основы знаний о физической культуре. Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Физическое совершенствование.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы: строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения: упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке

Висы

Легкая атлетика. Прыжки в длину и высоту с места, с прямого разбега, согнув ноги.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением

Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность

Кроссовая подготовка. Равномерный бег в режиме умеренной интенсивности; бег до 400 м., равномерный 5,6-минутный бег.

Катание на коньках. Основы знаний, специальные или подводящие упражнения, самостоятельное передвижение на коньках, техника падений, виды торможений, техника бега по прямой, техника бега по повороту, упражнения простого катания на коньках.

Подвижные игры. На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

Подвижные игры с элементами баскетбола. Специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей» и др.

Контроль предметных результатов 3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

Иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений

Демонстрировать уровень физической подготовленности (см. таблицу)

| Контрольные упражнения | Уровень | | | | | |
|---|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| | Мальчики | | | Девочки | | |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз | 11 – 12 | 9 – 10 | 7 – 8 | 9 – 10 | 7 – 8 | 5 – 6 |
| Прыжок в длину с места, см | 118 – 120 | 115 – 117 | 105 – 114 | 116 – 118 | 113 – 115 | 95 – 112 |

| | | | | | | |
|--|----------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------|-------------------------|-------------------------|
| Наклон вперед, не сгибая ног в коленях | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола |
| Бег 1000 м | | Без учета времени | | | | 7,2 – 7,0 |

Календарно-тематическое планирование по физкультуре в 3 классе

| № п/п | Раздел программы, темы уроков | Планируемые результаты обучения | | Виды и формы контроля | Планируемые сроки | Фактические сроки |
|---|--|--|---|-----------------------|-------------------|-------------------|
| | | Освоение предметных знаний | УУД | | | |
| Легкая атлетика (7ч) Катание на коньках (4ч) | | | | | | |
| 1. | Катание на коньках. История возникновения и развития фигурного катания на коньках в мире и России. | Научиться выполнять действия по образцу, соблюдать правила поведения и безопасности на уроках по фигурному катанию | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | входной | | |
| 2. | Лёгкая атлетика Ходьба и бег Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей. Инструктаж по ТБ | Научатся: -правильно выполнять движения в ходьбе и беге; -пробежать с максимальной скоростью 60 м -правилам техники безопасности. -развивать скоростные способности | Познавательные: правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробежать с максимальной скоростью до 60 м. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми; Личностные: развивать скоростные способности. | входной | | |
| 3. | Лёгкая атлетика. Ходьба и бег. Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 60 м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей. Олимпийские игры: история возникновения | Научатся: -правильно выполнять движения в ходьбе и беге; -пробежать с максимальной скоростью 60 м -развивать скоростные способности | Познавательные: правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробежать с максимальной скоростью до 60 м. Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата Коммуникативные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко | текущий | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|---|---------|--|--|
| | | | <p>характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Личностные: развивать скоростные способности.</p> | | | |
| 4. | <p>Катание на коньках. ТБ на уроках по фигурному катанию. Основы знаний. Упражнения для становления осанки.</p> | <p>Получат возможность научиться: Правильно, ритмично выполнять упражнения. Координации и пластики движений.</p> | <p>Регулятивные: использовать специальные упражнения</p> <p>Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений</p> <p>Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач</p> <p>Личностные: Следовать нормам здоровьесберегающего поведения</p> <p>Осваивать технику специальных упражнений.</p> | текущий | | |
| 5. | <p>Лёгкая атлетика Ходьба и бег. Бег на результат 30, 60 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия: <i>эстафета, старт, финиш</i></p> | <p>Научатся: правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м Развивать скоростные способности</p> | <p>Познавательные: правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м</p> <p>Коммуникативные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Регулятивные: формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Личностные: развивать скоростные способности.</p> | текущий | | |
| 6. | <p>Лёгкая атлетики Прыжки. Комплексный прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на здоровье</p> | <p>Научатся: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега Развивать скоростно-силовые качества</p> | <p>Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося.</p> | текущий | | |
| 7. | <p>Катание на коньках Инструктаж по ТБ во время занятий фигурным катанием на льду,</p> | <p>Получат возможность научиться: подбирать одежду для уроков на коньках, выполнять шаги,</p> | <p>Р.: применять правила подбора одежды для занятий на льду, П.: демонстрировать правильное выполнение техники шагов, скольжений, торможений.</p> | текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|-----------------|--|--|
| | Подбор одежды и коньков. Ходьба и скользящий шаг «елочкой», Правильное падение и вставание. Торможение. | скольжения, торможения. Выполнять правильное падение и вставание | К.: соблюдать правила безопасности | | | |
| 8. | Лёгкая атлетика. Прыжки. Комплексный Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках | Научатся: правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега Развивать скоростно-силовые качества | Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. | текущий | | |
| 9. | Лёгкая атлетика Метания. Комплексный. Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание в цель с 4–5 м. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метаниях | Научатся: правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель Развивать скоростно-силовые качества | 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. Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками. | Текущий | | |
| 10. | Катание на коньках Упражнения для становления осанки. Специальные упражнения | Получат возможность научиться: действиям по образцу специальные упражнения | Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | текущий | | |
| 11. | Лёгкая атлетика. Метания. Комплексный Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств. | Научатся: правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель Развивать скоростно-силовые качества | 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: задают вопросы, контролируют действия партнера. Личностные: ориентируются на понимание причин | Контроль ный | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|---------|--|--|
| | Олимпийское движение современности | | успеха в учебной деятельности. | | | |
| 12. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его. | Текущий | | |
| 13. | Катание на коньках Скольжения (на льду) | Получат возможность научиться: выполнять специальные упражнения: скольжение на льду | Регулятивные: Удерживать учебную задачу, определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |
| 14. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его. | текущий | | |
| 15. | Кроссовая подготовка. Комплексный Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | 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: задают вопросы; контролируют действия партнера. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|--|---------|--|--|
| 16. | Катание на коньках Общеразвивающие и специальные упражнения | Получат возможность научиться: выполнять специальные упражнения: «фонарики, саночки, цапельки, самолет», скольжение в приседе, виражи вперед | Регулятивные: Удерживать учебную задачу, определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |
| 17. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости. Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его. | Текущий | | |
| 18. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях. | текущий | | |
| 19. | Катание на коньках Специальные упражнения: «фонарики» назад, pistolетик, ласточка». | Получат возможность научиться: выполнять специальные упражнения: «фонарики, саночки, цапельки, самолет», скольжение в приседе, виражи вперед | Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|---|---------|--|--|
| 20. | Кроссовая подготовка Бег по пересеченной местности. Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости. Выполнение основных движений с различной скоростью | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях | Текущий | | |
| 21. | Кроссовая подготовка Кросс 1 км. Игра «Гуси-лебеди». Развитие выносливости. Выявление работающих групп мышц | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развивать выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его | Текущий | | |
| 22. | Катание на коньках Скольжение по дугам с различными положениями рук и свободной ноги. Выпад «самолет» Прыжок с двух ног на две в скольжении вперед | Получат возможность научиться: выполнять специальные упражнения: «самолет», выполнять прыжок с двух ног на две в скольжении вперед | Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |
| 23. | Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения. Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. ОРУ. Игра: «Что изменилось?». Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ | Научатся: выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации Развивать координационные способности | Познавательные: Различать и выполнять строевые команды: «Равняйсь!» «Смирно!» «Вольно!» Регулятивные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений. Коммуникативные: Уметь сотрудничать при выполнении совместных упражнений. Личностные: Стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|---------|--|--|
| 24. | Гимнастика. Акробатика. Комбинированный Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей | Научатся: выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации Развивать координационные способности | Познавательные: Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений (строевые упражнения). Регулятивные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений с гимнастическими палками. Коммуникативные: Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении упражнений. Личностные: Стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации. | Текущий | | |
| 25. | Катание на коньках Перетяжки. «Подсечка» вперед. Игра «Пистолетики», «Бег цепью» | Получат возможность научиться: Перетяжки. «Подсечка» вперед. Игра «Пистолетики», «Бег цепью» | Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |
| 26. | Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей | Научатся: выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации Развивать координационные способности | Познавательные: Знать технику выполнения двигательных действий. Регулятивные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Коммуникативные: Находить ошибки, уметь их исправлять. Личностные: Развитие гибкости, ловкости. | Текущий | | |
| 27. | Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй | Научатся: выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации | Познавательные: Уметь выполнять акробатические элементы отдельно. Регулятивные: Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|---------|--|--|
| | рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2–3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей | Развивать координационные способности | Коммуникативные: Осваивать универсальные умения работы по группам самостоятельно. Личностные: Развитие координационных способностей. | | | |
| 28. | Катание на коньках Скольжение по дугам назад наружу. Змейки на двух ногах | Получат возможность научиться: Скольжению по дугам назад наружу. Змейки на двух ногах | Регулятивные: Моделировать технику выполнения специальных упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении специальных упражнений | Текущий | | |
| 29. | Гимнастика. Висы. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей | Научатся: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе Развивать силовые способности | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, 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 | Текущий | | |
| 30. | Гимнастика Висы. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей | Научатся: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе Развивать силовые способности | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, 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 | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|-------------|--|--|
| 31. | Катание на коньках Стартовые движения и скольжение со старта | Получат возможность научиться: Стартовым движениям и скольжению со старта | Регулятивные: Моделировать технику выполнения упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении упражнений | Текущий | | |
| 32. | Гимнастика. Висы Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висячем положении. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей | Научатся: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висячем положении Развивать силовые способности | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, 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 | Контрольный | | |
| 33. | Гимнастика. Висы. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висячем положении. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с предметами. Развитие силовых способностей | Научатся: выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висячем положении Развивать силовые способности | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, 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 | Текущий | | |
| 34. | Катание на коньках Шаги. Перебежка с двухопорным скольжением на 4 счета. Змейка вперед и назад. | Получат возможность научиться: Перебежке с двухопорным скольжением на 4 счета. Змейке вперед и назад. | Регулятивные: Моделировать технику выполнения упражнений Коммуникативные: Формулировать свои затруднения, обращаться за помощью. Личностные Осознавать последовательность в выполнении упражнений | Текущий | | |
| 35. | Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, | Научатся: лазать по гимнастической | Познавательные: знать технику выполнения двигательных действий. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|---|---------|--|--|
| | упражнения в равновесии. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | стенке, канату; выполнять опорный прыжок Развить координационные способности | Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности. Коммуникативные: находить ошибки, уметь их исправлять. Личностные: развитие координационных способностей. | | | |
| 36. | Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок Развить координационные способности | Познавательные: знать технику выполнения двигательных действий. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности. Коммуникативные: находить ошибки, уметь их исправлять. Личностные: развитие координационных способностей. | Текущий | | |
| 37. | Катание на коньках Тройки. Скольжение назад вовнутрь со скрещением спереди. Игра «ласточка». | Получат возможность научиться: Скольжению назад вовнутрь со скрещением спереди. Игре «ласточка». | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 38. | Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по | Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок Развить координационные способности | Познавательные: знать технику выполнения двигательных действий. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности. Коммуникативные: находить ошибки, уметь их исправлять. Личностные: развитие координационных способностей. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|-------------|--|--|
| | бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | | | | | |
| 39. | Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии. Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей | Научатся: лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок Развить координационные способности | Познавательные: уметь выполнять акробатические элементы слитно и отдельно. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Коммуникативные: находить ошибки, уметь их исправлять. Личностные: Развитие координационных способностей. | Контрольный | | |
| 40. | Катание на коньках Упражнения «змейка» и «фонарик». Имитация толчков с опорой на скользящий впереди предмет. Упражнение «самокат». | Получат возможность научиться: Правильно выполнять скольжения по дугам назад наружу, змейки на двух ногах | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 41. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|---------|--|--|
| 42. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | Текущий | | |
| 43. | Катание на коньках Остановки в двухопорном и одноопорном положении. Т-образная остановка. Остановки «полуплугом», «плугом», ребром конька в одноопорном положении. | Получат возможность научиться: Совершенствовать технику выполнения змеек вперед и назад. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 44. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | Текущий | | |
| 45. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | Текущий | | |
| 46. | Катание на коньках Простые упражнения фигурного катания на полу и на льду. Простые упражнения | Получат возможность научиться: Правильно выполнять реберное скольжение. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---------|--|--|
| | в паре. Техника реберного скольжения в фигурном катании. | Выполнять простые упражнения фигурного катания на полу и на льду. | помощью для решения коммуникативных задач | | | |
| 47. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать технику ходьбы, бега по ограниченному пространству. Регулятивные: различать допустимые и недопустимые формы поведения во время игры. Коммуникативные: взаимодействовать в группах при выполнении игровых действий. Личностные: проявлять координацию, внимание и ловкость во время проведения подвижных игр. | Текущий | | |
| 48. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать технику ходьбы, бега по ограниченному пространству. Регулятивные: различать допустимые и недопустимые формы поведения во время игры. Коммуникативные: взаимодействовать в группах при выполнении игровых действий. Личностные: проявлять координацию, внимание и ловкость во время проведения подвижных игр. | Текущий | | |
| 49. | Катание на коньках Стартовые движения и скольжение со старта; разнообразные остановки; фонарики, змейки, скольжение вперед и назад; скольжение «елочкой» | Получат возможность научиться: правильно выполнять специальные упражнения: «фонарики» назад, пистолетик, ласточка». | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 50. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: освоение новых двигательных действий. Регулятивные: умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры. Коммуникативные: освоение новых двигательных действий. Личностные: активно включаться в игровые действия, проявлять свои положительные качества. | Текущий | | |
| 51. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями | Познавательные: освоение новых двигательных действий. Регулятивные: умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|-------------|--|--|
| | скоростно-силовых способностей | Развить скоростно-силовые качества | Коммуникативные: освоение новых двигательных действий. Личностные: активно включаться в игровые действия, проявлять свои положительные качества. | | | |
| 52. | Катание на коньках Комплексы упражнений для развития координации и равновесия. «Подсечка» вперед и назад, «змейка» вперед и назад | Получат возможность научиться: выполнять упражнений для развития координации и равновесия. «Подсечка» вперед и назад, «змейка» вперед и назад | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 53. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки. Регулятивные: осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр. Коммуникативные: уметь объяснить правила и организовать игру в группе. Личностные: значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности. | Контрольный | | |
| 54. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки. Регулятивные: осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр. Коммуникативные: уметь объяснить правила и организовать игру в группе. Личностные: значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности. | Текущий | | |
| 55. | Катание на коньках Упражнения на развитие быстроты выполнения элементов фигурного катания. Тройки на месте, в движении с фиксацией положения тела до и после выполнения тройки. | Получат возможность научиться: выполнять тройки, скольжение назад вовнутрь со скрещением спереди. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 56. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые | Познавательные: совершенствование физических навыков. Регулятивные: различать допустимые и недопустимые формы поведения на отдыхе. Коммуникативные: умение высказывать и | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|-------------|--|--|
| | способностей | качества | аргументировать свое мнение. Личностные: значение ежедневных занятий спортом на организм человека | | | |
| 57. | Подвижные игры ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Вол во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Научатся: играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Развить скоростно-силовые качества | Познавательные: совершенствование физических навыков. Регулятивные: различать допустимые и недопустимые формы поведения на отдыхе. Коммуникативные: умение высказывать и аргументировать свое мнение. Личностные: значение ежедневных занятий спортом на организм человека | Текущий | | |
| 58. | Катание на коньках Техника скольжения по дугам. Характеристики геометрии обязательных фигур: продольные и поперечные оси фигуры, линии «коридора». | Получат возможность научиться: технике скольжения по дугам. Характеристики геометрии обязательных фигур: продольные и поперечные оси фигуры, линии «коридора». | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 59. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при работе. Коммуникативные: осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время учебной деятельности. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Контрольный | | |
| 60. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при работе. Коммуникативные: осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время учебной деятельности. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|---------|--|--|
| | способностей | | | | | |
| 61. | Катание на коньках Упражнения на развитие хореографических и спортивных элементов. | Получат возможность научиться: правильно выполнять специальные упражнения. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 62. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в цель (кольцо, щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники игры в баскетбол. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |
| 63. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники игры в баскетбол. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |
| 64. | Катание на коньках Имитация толчков с опорой на скользящий впереди предмет. Упражнение «самокат». | Получат возможность научиться: Выполнять имитацию толчков с опорой на скользящий впереди предмет. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 65. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол | Познавательные: осваивать технику владения мячом. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|---------|--|--|
| | шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Развить координационные способности | деятельности. Личностные: проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений. | | | |
| 66. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: осваивать технику владения мячом. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений. | Текущий | | |
| 67. | Катание на коньках Имитация толчков с опорой на скользящий впереди предмет. Упражнение «самокат». | Получат возможность научиться: Совершенствовать имитацию толчков с опорой на скользящий впереди предмет. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 68. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | Текущий | | |
| 69. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в | Познавательные: осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|--|---------|--|--|
| | Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: стремиться к победе в игре. | | | |
| 70. | Катание на коньках Спираль, полуласточки, скольжение в приседе, pistolетки, ласточки, кораблик на согнутых ногах. | Получат возможность научиться: правильно выполнять специальные упражнения. Развивать координационные способности. | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач | Текущий | | |
| 71. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: осваивать технику владения мячом. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений. | Текущий | | |
| 72. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | | Текущий | | |
| 73. | Катание на коньках Упражнения на развитие | Получат возможность научиться: правильно | Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|---------|--|--|
| | <p>быстроты выполнения элементов фигурного катания. Вращения на двух и одной ноге, Простейшие прыжки и подскоки на месте.</p> | <p>выполнять вращения на двух и одной ноге, простейшие прыжки и подскоки на месте. Развивать координационные способности.</p> | <p>упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач</p> | | | |
| 74. | <p>Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей</p> | <p>Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности</p> | <p>Познавательные: осваивать технику владения мячом. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений.</p> | Текущий | | |
| 75. | <p>Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах, круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей</p> | <p>Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности</p> | <p>Познавательные: осваивать технику владения мячом. Регулятивные: осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Коммуникативные: осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Личностные: проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений.</p> | Текущий | | |
| 76. | <p>Катание на коньках Ходьба «елочкой» по льду, приседание на месте, подскоки на зубцах, правильное падение и вставание, перенесение тяжести тела с одной ноги на другую.</p> | <p>Получат возможность научиться: выполнять ходьбу «елочкой» по льду, приседание на месте, подскоки на зубцах, правильное падение и вставание.</p> | <p>Регулятивные: использовать специальные упражнения Познавательные: моделировать способы выполнения упражнений Коммуникативные: ставить вопросы, обращаться за помощью для решения коммуникативных задач</p> | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|---|---------|--|--|
| 77. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники владения мячом. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |
| 78. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники владения мячом. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |
| 79. | Катание на коньках Скольжение вперед и назад; скольжение «елочкой»; скольжение в полуприседе, приседе, по прямой, дуге, виражу, кругу | Получат возможность научиться: правильно выполнять скольжение вперед и назад; скольжение «елочкой»; скольжение в полуприседе, приседе, по прямой, дуге, виражу, кругу | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 80. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники владения мячом. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|-----------------|--|--|
| | координационных способностей | | | | | |
| 81. | Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах, в круге. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Кто быстрее». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей | Научатся: владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол Развить координационные способности | Познавательные: совершенствование техники владения мячом. Регулятивные: оценивать приобретенные навыки владения мячом. Коммуникативные: осваивать универсальные умения работы в парах. Личностные: проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом. | Контроль ный | | |
| 82. | Катание на коньках Перебежка вперед и назад; смена направления скольжения. | Получат возможность научиться: выполнять перебежки с двухопорным скольжением, смену фронта скольжения | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 83. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его | Вводный | | |
| 84. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (70 м бег, 100 м ходьба). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию. Личностные: понимают значение знаний для человека и принимают его | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|---|---------|--|--|
| 85. | Катание на коньках Перебежка вперед и назад; смена направления скольжения. | Получат возможность научиться: Совершенствовать выполнение перебежек с двухпорным скольжением, смену фронта скольжения | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 86. | Кроссовая Подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Текущий | | |
| 87. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 4 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Текущий | | |
| 88. | Катание на коньках Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра; виражи вперед, «фонарики» назад | Получат возможность научиться: правильно выполнять специальные упражнения. Развивать координационные способности. | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 89. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|---|-----------------|--|--|
| 90. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Текущий | | |
| 91. | Катание на коньках Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра; виражи вперед, «фонарики» назад | Получат возможность научиться: правильно выполнять специальные упражнения. Развивать координационные способности. | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 92. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности. Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 90 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Контроль ный | | |
| 93. | Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности Бег 5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (100 м бег, 70 м ходьба). Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости | Научатся: пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу Развить выносливость | Познавательные: описывать технику выполнения беговых упражнений. Регулятивные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице. Коммуникативные: умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений. Личностные: развивать скорость, выносливость. | Текущий | | |
| 94. | Катание на коньках Исполнение коротких танцевальных композиций из простых движений. | Получат возможность научиться: Выполнять комплекс ОРУ. Научиться выполнять шаг и подскок вперед-назад, танцевальный шаг | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|---|-----------------|--|--|
| 95. | Лёгкая атлетика Прыжки Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега Развить скоростно-силовые способности | Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. | Текущий | | |
| 96. | Лёгкая атлетика Прыжки Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега Развить скоростно-силовые способности | 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. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться. | Текущий | | |
| 97. | Катание на коньках Исполнение коротких танцевальных композиций из простых движений. | Научатся: Выполнять комплекс ОРУ. Научиться выполнять шаг и подскок вперед-назад, танцевальный шаг | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Текущий | | |
| 98. | Лёгкая атлетика Прыжки Прыжок в высоту с прямого разбега с зоны отталкивания. Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега Развить скоростно-силовые способности | Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося. | Контроль ный | | |
| 99. | Лёгкая атлетика Прыжки Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростно- | Научатся: правильно выполнять движения в прыжках, прыгать в длину с места и с разбега Развить скоростно-силовые | 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 | Итогов ый | | |

| | | | | | | |
|------|--|---|--|-------------|--|--|
| | силовых качеств | способности | позицию. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника; стремятся хорошо учиться. | | | |
| 100. | Катание на коньках Подвижные игры на льду. | Получат возможность научиться: Играть в подвижные игры на льду | Коммуникативные: Задавать вопросы, формулировать свои затруднения. Регулятивные: Сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отличий и отклонений от эталона. Познавательные: Выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. | Итогов й | | |
| 101. | Лёгкая атлетика Метания Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: правильно выполнять движения в метании различными способами, метать на дальность и на заданное расстояние Развить скоростно-силовые способности | 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. Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками. | Итогов й | | |
| 102. | Лёгкая атлетика Метания Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча, вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств | Научатся: правильно выполнять движения в метании различными способами, метать на дальность и на заданное расстояние Развить скоростно-силовые способности | 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: задают вопросы, контролируют действия партнера. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности. | Итогов й | | |