Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Войловская основная общеобразовательная школа» Людиновского района Калужской области

«Рассмотрено» на заседании ШПК. Протокол №1 от 30.08.2022г.

«Согласовано» Зам. директора школы по УВР О.А.Кочеткова «30» августа 2022 г.

«Утверждаю» Директор школы

Приказ № 37/12 от 30.08.2022

Рабочая программа по учебному курсу

«<u>Физическая культура»</u> 6-9 классы

(Приложение к основной образовательной программе основного общего образования) 2022/2023 учебный год

> Составитель: Крупенькина Марина Владимировна, учитель физической культуры

> > Людиново – 2022

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Войловская основная общеобразовательная школа» Людиновского района Калужской области

«Рассмотрено» на заседании ШПК. Протокол №1 от 30.08.2022г.

«Согласовано» Зам. директора школы по УВР О.А.Кочеткова «30» августа 2022 г.

«Утверждаю» Директор школы

Приказ № 37/12 от 30.08.2022

Рабочая программа по учебному курсу

«Физическая культура»

2-3 классы

(Приложение к основной образовательной программе основного общего образования) 2022/2023 учебный год

> Составитель: Крупенькина Марина Владимировна, учитель физической культуры

> > Людиново – 2022

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.67);
- Концепции модернизации Российского образования;
- Концепции содержания непрерывного образования;
- -Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2011);

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше **уделять** обучению школьников умениям самостоятельно внимания воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание уроков строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

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

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю, всего часов в0 2-3 кассах 102.

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

- Учитывая эти особенности, предлагаемая программа по физической культуре для учащихся начальной школы ориентируется на решение следующих целей и задач:
- целью программы формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.
- Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Программа направлена на:

- -реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями.
- -реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии изменениями, внесёнными в федеральный базисный учебный план курс «Физическая культура», изучается с 1-го по 4-й класс по три часа в неделю. Программный материал делится на две части(базовую и вариативную).

4. ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира — частью живой и неживой природы. Любовь к природе — это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

- Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
- Ценность добра— направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности— любви.
- Ценность истины это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
- Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.
- Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
- Ценность гражданственности осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- Ценность патриотизма одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества — осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. ЛИЧНОСНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

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

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

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

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». Прикаждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебного материала программы в соответствии с САНПИН (температурный режим), заменять тему «Лыжные гонки» на углубленное освоение содержания тем «Спортивные игры», «Подвижные игры

Учитель физической культуры имеет право вводить в учебный процесс дополнительные сокращать или упрощать предлагаемый в программах учебный материал, темы, необходимо избегать учебных учителю перегрузок учащихся, не нарушая содержания, логику распределения программного не выходить Требований за рамки Государственного образовательного стандарта.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

В разделе «Тематическое планирование» излагаются темы основных разделов программы и приводятся характеристики деятельности учащихся. Данные характеристики ориентируют учителя физической культуры на результаты педагогического процесса, которые должны быть получены в конце освоения содержания учебного курса.

В программе освоение учебного материала из практических разделов функционально сочетается с освоением знаний и способов двигательной деятельности. Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В свою очередь, материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

К формам организации занятий по физической культуре в начальной школе относятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Формы организации

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

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

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

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

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий.

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность,

необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

Для полной реализации программы необходимо постоянно укреплять материально-техническую и учебно-спортивную базу, регулярно проводить спортивные соревнования и показательные выступления для каждой возрастной группы учащихся.

По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

Содержание курса

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, 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 ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

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

Легкая атлетика.

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.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Общеразвивающие упражнения

Данный материал используется для развития основных физических качеств и планируется учителем в зависимости от задач урока и логики прохождения материала.

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление

полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменой опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверхвперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

На материале легкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6 минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку;прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и

левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций. Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

2 класс

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

- иметь представление:
- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- уметь:
- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 1).

| Контрольные | Уровень | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------------|----------------------------|--|
| упражнения | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий | |
| | Мальчики | | | Девочки | | | |
| Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз | - | 8 – 13 | 5 – 7 | 13 – 15 | 8 – 12 | 5 – 7 | |
| Прыжок в длину с места, см | 143 – 150 | 128 – 142 | 119 – 127 | 136 – 146 | 118 – 135 | 108 – 117 | |
| 1 | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | Коснуться лбом колен | Коснуться ладонями пола | Коснуться пальцами пола | |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 6,0 – 5,8 | 6,7 – 6,1 | 7,0 – 6,8 | 6,2 – 6,0 | 6,7 – 6,3 | 7,0 – 6,8 | |
| Бег 1000 м | Без учета времени | | | | | | |

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. табл. 2).

| Контрольные | Уровень | | | | | | |
|--|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|
| упражнения | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий | |
| | Мальчики | | | Девочки | | | |
| Подтягивание в висе, кол-во раз | 5 | 4 | 3 | | | | |
| Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз | | | | 12 | 8 | 5 | |
| Прыжок в длину с места, см | 150 – 160 | 131 – 149 | 120 – 130 | 143 – 152 | 126 – 142 | 115 – 125 | |
| Бег 30 м с высокого старта, с | 5,8 – 5,6 | 6,3 – 5,9 | 6,6 – 6,4 | 6,3 – 6,0 | 6,5 – 5,9 | 6,8 – 6,6 | |
| Бег 1000 м, мин. с | 5.00 | 5.30 | 6.00 | 6.00 | 6.30 | 7.00 | |
| Ходьба на лыжах 1 км, мин. с | 8.00 | 8.30 | 9.00 | 8.30 | 9.00 | 9.30 | |

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «З» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебно-тематический план 1-4 классов

| газделы программы | 1 K/IdCC | 2 K/IdCC | 3 K/IdCC |
|-------------------|----------|----------|----------|
| Разделы программы | 1 класс | 2 класс | 3 класс |

| культуре (История физической культуры. Физическая культура и спорт в современном обществе. Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека.) | В процессе урока | | | | | |
|--|------------------|-----|-----|--|--|--|
| Организация и проведение занятий физической культурой | В процессе урока | | | | | |
| Оценка эффективности занятий физической культурой | | | | | | |
| Легкая атлетика | 27 | 30 | 30 | | | |
| Гимнастика с основами акробатики | 24 | 24 | 24 | | | |
| Лыжные гонки | 16 | 16 | 16 | | | |
| Подвижные игры | 32 32 32 | | | | | |
| Всего часов | 99 | 102 | 102 | | | |

Учебно-тематический план 2-4 классов

| | 5 4CONO TEMATIFICERIM IIJIAN 2 4 KJIACCOB | | | | | | | | |
|-----|--|---------------------|-----|--------------------------|--------|---------------|-------|---------------|----|
| п/№ | Вид программного материала | Кол- во часов | чет | 1 2 четверть четверть | | 3 четверть | | 4 четверть | |
| 1 | Основы знаний | | | | В проц | ecce | урока | | |
| 2 | Легкая атлетика и кроссовая подготовка | 30 | 15 | | | | | | 15 |
| 3 | Подвижные игры с элементами спортивных игр | 32 | | 9 | | 14 | | 9 | |
| 4 | Гимнастика с элементами акробатики | 24 | | | 24 | | | | |
| 5 | Лыжная подготовка | 16 | | | | 16 | | | |
| | Всего часов: | 102 | | 24 | 24 | | 30 | | 24 |

| Nº | Да | Тема, | Тип | Цели и задачи | | Планируемые | результаты |
|-----|----|--------------------------|-------|---------------------------------|----------------------|-----------------|-------------------------|
| . п | та | содержани | урока | урока | Предметн | Личностные | Метапредметные |
| П | | е урока | | | ые | | - ' ' |
| | | | | I | четверть | | |
| | | | | Легкая атлетика | и кроссовая | подготовка | |
| 1 | | Т.Б. на | Вводн | Ознакомить с | Знать: | | Посторова станов |
| | | уроках по | ый | техникой | Правила | | Познавательные: |
| | | легкой | | безопасности на | поведения | | Осмысление, объяснение |
| | | атлетике. | | уроках по легкой | на уроке | | своего двигательного |
| | | Строевые | | атлетике. | по легкой | | |
| | | упражнен ия. | | Совершенствован ие техники бега | атлетике. Уметь: | Формирорания | опыта. |
| | | ил. Медленны | | на 30 метров с | выполнят | Формирование | _ |
| | | й | | высокого старта. | Ь | навыка | Осознание важности |
| | | бег. О.Р.У | | | комплекс | Павыха | освоения универсальных |
| | | . Высокий | | | ОРУ; | систематическо | умений связанных с |
| | | старт. Бег | | | бегать 30 | | умении связанных с |
| | | 30 м. | | | метров. | го наблюдения | выполнением |
| 2 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | упражнений. |
| | | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | за своим | J F |
| | | ия. | рован | совершенствован | Ь | | Осмысление техники |
| | | Медленны | ный | ие техники бега | комплекс | физическим | |
| | | й бег. О.Р.У | | на 30 метров. | ОРУ; бегать 30 | GO GTO GYYY O Y | выполнения разучиваемых |
| | | . Высокий | | | метров. | состоянием, | заданий и упражнений. |
| | | старт. Бег | | | мстров. | величиной | |
| | | 30 м. | | | | Всличиной | Коммуникативные: |
| 3 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | физических | Формирование способов |
| | | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | | • • |
| | | ия. | рован | совершенствован | Ь | нагрузок. | позитивного |
| | | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | взаимодействия со |
| | | й б ODV | | прыжков в длину | ОРУ; | | сверстниками в парах и |
| | | бег. О.Р.У . Бег до 4 | | с места. | выполнят | | - |
| | | . вег до 4 мин. | | | Б ПОГІЖКОВ | | группах при разучивании |
| | | мин. Прыжок в | | | прыжков в длину с | | " |
| | | длину с | | | места. | | Упражнений. |
| | | места. | | | | Развитие | |
| 4 | | Строевые | Комб | Обучение | Уметь: | | Умение объяснять ошибки |
| | | упражнен | ини- | технике метание | выполнят | самостоятельно | при выполнении |
| | | ия. | рован | мяча на | Ь | | упражнений. |
| | | Медленны | ный | дальность, | комплекс | сти и личной | уприжисиин. |
| | | й | | развитие | ОРУ; | | Умение управлять |
| | | бег. О.Р.У | | выносливости. | Научиться | ответственност | · - |
| | | . Метание мяча на | | | : технике метание | 14 22 CDO14 | эмоциями при общении со |
| | | мяча на дальность. | | | мяча на | и за свои | сверстниками и |
| | | дальность. Многоско | | | дальность. | поступки на | взрослыми, сохранять |
| | | ки с ноги | | | |] | вэрослыши, сохрапить |
| | | на ногу. | | | | основе | хладнокровие, |
| 5 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | сдержанность, |
| | | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | представлений | |
| | | ия. | рован | совершенствован | Ь | | рассудительность. |
| | | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | |

| | й | | метания мяча на | ОРУ; | о нравственных | Умение с достаточной |
|---|-----------------------|---------------|----------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------------|
| | бег. О.Р.У | | дальность. | выполнят | o npaberbennibix | |
| | . Бег до 4 | | | ь метание | нормах. | полнотой и точностью |
| | мин. | | | мяча на | | выражать свои мысли в |
| | Метание мяча на | | | дальность. | | соответствии с |
| | дальность. | | | | | задачами урока, владение |
| 6 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | специальной |
| | упражнен ия. | ини- рован | выносливости, совершенствован | выполнят ь | | терминологией. |
| | Медленны | ный | ие техники | комплекс | Развитие | • |
| | й | | прыжков в длину | ОРУ; | | Регулятивные: Умение |
| | бег. О.Р.У | | с разбега. | прыгать в длину с | этических | организовать |
| | Многоско | | | разбега. | чувств, | самостоятельную |
| | ки с ноги на ногу. | | | | доброжелатель | деятельность с учетом |
| | Прыжок в | | | | доорожелатель | требований ее |
| | длину с | | | | ности и | безопасности, |
| 7 | разбега. Строевые | Комб | Учёт техники | Уметь: | Эмоционально- | сохранности инвентаря и |
| | упражнен | ини- | бега с высокого | выполнят | | оборудования, |
| | ия. | рован | старта на 30 | Ь | нравственной | 1371 |
| | Медленны й | ный | метров | комплекс ОРУ; | отзывчивости, | организации мест занятий. |
| | бег. О.Р.У | | | бегать с | 013212 111200111, | Умение характеризовать, |
| | . Бег до 4 | | | высокого | понимания и | |
| | мин. Бег 30 м. | | | старта 30 метров. | сопереживания | выполнять задание в |
| 8 | Строевые | Комб | Учет техники | Уметь: | | соответствии с целью и |
| | упражнен | ини- | прыжков в длину | выполнят | чувствам | анализировать технику |
| | ия. Медленны | рован ный | с места, совершенствован | ь комплекс | других людей. | выполнения упражнений, |
| | й | TIBIN | ие техники | ОРУ; | Другинчиоденч | давать объективную |
| | бег. О.Р.У | | метания мяча на | выполнят | | оценку технике |
| | . Прыжок в длину с | | дальность. | ь прыжков | | выполнения упражнений |
| | места. Ме | | | в длину с | | на основе освоенных |
| | тание | | | места | | знаний и имеющегося |
| | мяча на дальность. | | | выполнят ь метание | Формирование | опыта. |
| | Harrane | | | мяча на | i opampozamie | onbira. |
| 9 | Строоргио | Комб | Дааруулуу | дальность. | эстетических | Умение технически |
| | Строевые упражнен | ини- | Развитие выносливости, | Уметь: выполнят | потребностей, | правильно выполнять |
| | ия. | рован | совершенствован | Ь | | двигательные действия из |
| | Медленны й | ный | ие техники прыжков в длину | комплекс ОРУ; | ценностей и | базовых видов спорта, |
| | бег. О.Р.У | | с разбега. | выполнят | чувств. | использовать их в игровой |
| | Многоско | | | Б Б | | и соревновательной |
| | ки с ноги | | | прыжков в длину с | | деятельности. |
| | на ногу. | | | разбега. | | делтельности. |
| | Прыжок в длину с | | | | Формирование | Умение планировать |
| | разбега. | | | | и проявление | собственную |
| 1 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | проличение | деятельность, |
| 0 | упражнен ия. | ини- рован | скоростно- силовых качеств, | выполнят ь | | *** |
| | 11/1. | Popuii | CIMIODDIA IMACCID, | | L | |

| | Медленны | ный | учет бега на | комплокс | положитолич | распрадалат навружу у |
|---|------------------|-------|-------------------------------|----------------------|--------------------|-------------------------|
| | медленны й | пыи | учет оега на выносливость. | комплекс ОРУ; | положительных | распределять нагрузку и |
| | бег. О.Р.У | | BBIIIO CALIBOCIE. | Научиться | качеств | отдых в процессе ее |
| | . Наклон | | | : | | выполнения. |
| | вперед из | | | выполнят | личности, | |
| | положени | | | ь силовые | | Умение видеть красоту |
| | я сед на | | | упражнен | дисциплиниров | |
| | полу; | | | ия. | | движений, выделять и |
| | сгибание | | | | анности, | обосновывать |
| | и разгибани | | | | трудолюбия и | эстетические признаки в |
| | е рук в | | | | трудолюбия и | _ |
| | упоре | | | | упорства в | движениях и |
| | лежа. Бег | | | | J | передвижениях человека. |
| | на 500 м. | | | | достижении | |
| 1 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | |
| 1 | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | поставленной | |
| | ия. | рован | учет техники | ь | | |
| | Медленны | ный | прыжков в длину | комплекс | цели. | |
| | й | | с разбега. | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | | выполнят | | |
| | . Бег до 4 | | | Ь | | |
| | мин. Прыжок в | | | прыжков в длину с | | |
| | длину с | | | разбега. | | |
| | разбега. | | | pasocra. | | |
| 1 | Строевые | Комб | Совершенствован | Уметь: | 1 | |
| 2 | упражнен | ини- | ие техники | выполнят | | |
| | ия. | рован | прыжков в длину | ь | | |
| | Медленны | ный | с места, учет | комплекс | | |
| | й | | техники метания | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | мяча на | выполнят | | |
| | . Прыжок | | дальность. | ь | | |
| | в длину с | | | прыжков | | |
| | места. Ме | | | в длину с | | |
| | тание | | | места; вы | | |
| | мяча на | | | полнять | | |
| | дальность. | | | метания мяча на | | |
| | | | | дальность. | | |
| 1 | Строевые | Комб | Учет техники | Уметь: | 1 | |
| 3 | упражнен | ини- | бега на 30 | выполнят | | |
| | ия. | рован | метров, развитие | Ь | | |
| | Медленны | ный | выносливости. | комплекс | | |
| | й | | | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | | бегать 30 | | |
| | . Бег 30 м. | | | метров. | | |
| | Многоско | | | | | |
| | ки с ноги | | | | | |
| | на ногу. | | | | | |
| 1 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | 1 | |
| 4 | упражнен | ини- | скоростно- | уметь: выполнят | | |
| | упражнен ия. | рован | скоростно- | Ь | | |
| | Медленны | ный | способствовать | комплекс | | |
| | й | | развитию | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | физических | выполнят | | |
| | . Наклон | | качеств в игре. | ь силовые | | |
| | вперед из | | | упражнен | | |

| | | | Υ | | • | |
|----------|----------------------|-------|-------------------|--------------------|----------------|-------------------------|
| | положени | | | ия. | | |
| | я сед на | | | | | |
| | полу; | | | | | |
| | сгибание | | | | | |
| | И | | | | | |
| | разгибани | | | | | |
| | е рук в | | | | | |
| | упоре | | | | | |
| | лежа. | | | | | |
| | Подвижна | | | | | |
| | я игра с | | | | | |
| | элементам | | | | | |
| | и легкой | | | | | |
| | атлетики. | | | | | |
| 1 | | V6 | V 6 | | | |
| | Строевые | Комб | Учет бега на | Уметь: | | |
| 5 | упражнен | ини- | выносливость. | выполнят | | |
| | ия. | рован | | Ь | | |
| | Медленны | ный | | комплекс | | |
| | й | | | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | | Уметь: | | |
| | . Бег 1500 | | | Бегать на | | |
| | М. | | | средние | | |
| | | | | дистанции | | |
| | | | | • | | |
| | | | Подвижные игры с | элементами с | портивных игр | |
| 1 | Т.Б. на | Вводн | Ознакомить с | Знать: | | |
| 6 | уроке по | ый | техникой | Правила | | Познавательные: |
| | подвижны | | безопасности на | поведения | | Осмысление, объяснение |
| | м играм. | | уроках по | на уроке | | своего двигательного |
| | Строевые | | подвижным | по | Формирования | опыта. |
| | упражнен | | играм. | подвижны | Формирование | |
| | упражнен ИЯ. | | Способствовать | | навыка | Осознание важности |
| | | | | м играм. Уметь: | | освоения универсальных |
| | Медленны й | | развитию | | систематическо | умений связанных с |
| | | | физических | выполнят | го наблюдения | выполнением |
| | бег. О.Р.У | | качеств в | Ь | | упражнений. |
| | . Эстафета | | эстафете. | комплекс | за своим | |
| | | | | ОРУ. | физическим | Осмысление техники |
| | | | | Знать: пр | физическим | выполнения разучиваемых |
| | | | | авила | состоянием, | заданий и упражнений. |
| igsquare | | | | игры; | <u></u> | |
| 1 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | величиной | Коммуникативные: |
| 7 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | физических | Формирование способов |
| | ия. | | передачи и ловли | ь | • | позитивного |
| | Медленны | | мяча. | комплекс | нагрузок. | взаимодействия со |
| | й | | Способствовать | ОРУ; вып | | сверстниками в парах и |
| | бег. О.Р.У | | развитию | олнять | | группах при разучивании |
| | . Удары | | физических | передачи | | |
| | мяча о пол | | качеств в игре. | и ловли | | Упражнений. |
| | и ловля | | in iceib b in pc. | мяча. | | V |
| | и ловля его одной | | | Знать: пр | Da | Умение объяснять ошибки |
| | | | | _ | Развитие | при выполнении |
| | рукой. | | | авила | самостоятельно | упражнений. |
| | Ловля и | | | игры; | | VMOUVES TOTAL |
| | передача | | | | сти и личной | Умение управлять |
| | мяча в | | | | ответственност | эмоциями при общении со |
| | движении. | | | | OIDCICIDENNUCL | сверстниками и |
| | Подвижна | | | | и за свои | взрослыми, сохранять |
| | я игра | | | | H007777777 | хладнокровие, |
| | «Попади в | | | | поступки на | сдержанность, |
| | мяч». | | | | | |

| 1 | Τ | CTDOARLIO | Игров | Совершенствован | Уметь: | ОСНОВО | рассулительност |
|---|---|-----------------------|-------|--------------------------------|--------------------|---------------------|--------------------------------------|
| 8 | | Строевые упражнен | ой | ие техники | уметь: выполнят | основе | рассудительность. |
| | | упражнен ия. | 011 | передачи и ловли | Ь | представлений | Умение с достаточной |
| | | Медленны | | мяча. | комплекс | о нравственных | полнотой и точностью |
| | | й | | Способствовать | ОРУ; вып | - | выражать свои мысли в |
| | | бег. О.Р.У | | развитию | олнять | нормах. | соответствии с |
| | | . Ловля | | физических | передачи | | задачами урока, владение |
| | | мяча | | качеств в | и ловли | | специальной |
| | | отскочив | | эстафете. | мяча. | | терминологией. |
| | | шего от | | - | Знать: пр | | Регулятивные: Умение |
| | | пола. | | | авила | | организовать |
| | | Ловля и | | | игры; | Развитие | самостоятельную |
| | | передача | | | | DEFENSE | деятельность с учетом |
| | | мяча в | | | | этических | требований ее |
| | | движении. | | | | чувств, | безопасности, |
| | | Эстафета. | | | | доброжелатель | сохранности инвентаря и |
| 1 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | доорожелатель | оборудования, |
| 9 | | упражнен ия. | ой | ие техники передачи и ловли | выполнят ь | ности и | организации мест занятий. |
| | | ия. Медленны | | мяча. | комплекс | эмоционально- | Умение характеризовать, |
| | | й | | Способствовать | ОРУ; вып | нравственной | выполнять задание в |
| | | бег. О.Р.У | | развитию | ОЛНЯТЬ | отзывчивости, | соответствии с целью и |
| | | . Удары | | физических | передачи | | анализировать технику |
| | | мяча о пол и ловля | | качеств в игре. | и ловли | понимания и | выполнения упражнений, |
| | | и ловля его одной | | | мяча. Знать: пр | сопереживания | давать объективную оценку технике |
| | | рукой. | | | авила | IIVDCTDAM | выполнения упражнений |
| | | Передача | | | игры; | чувствам | на основе освоенных |
| | | и ловля | | | , in p2., | других людей. | знаний и имеющегося |
| | | мяча на | | | | | опыта. |
| | | месте в | | | | | SILLIA. |
| | | парах. | | | | | Умение технически |
| | | Подвижна | | | | | правильно выполнять |
| | | я игра | | | | | двигательные действия из |
| | | «Попади в | | | | Формирование | базовых видов спорта, |
| | | мяч». | | | | | использовать их в игровой |
| 2 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | эстетических | и соревновательной |
| 0 | | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | потребностей, | деятельности. |
| | | ия. | | мяча. | Ь | ценностей и | Умение планировать |
| | | Медленны | | Способствовать | комплекс | | собственную |
| | | й бег. О.Р.У | | развитию | ОРУ; вып | чувств. | деятельность, |
| | | Juer. O.P. y | | физических качеств в игре и | ОЛНЯТЬ ЛОВЛЮ | | распределять нагрузку и |
| | | Подбрасы | | эстафете. | ловлю мяча. | | отдых в процессе ее |
| | | вание и | | σεταφετε. | Знать: пр | | выполнения. |
| | | ловля | | | авила | | Умение видеть красоту |
| | | мяча | | | игры; | | движений, выделять и |
| | | двумя | | | ' ' | Формирование | обосновывать |
| | | руками. | | | | и проявление | эстетические признаки в |
| | | Эстафета. | | | | _ | движениях и |
| | | Подвижна | | | | положительных | передвижениях человека. |
| | | я игра | | | | качеств | |
| | | «Попади в | | | | личности, | |
| 2 | | мяч». Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | дисциплиниров | |
| 1 | | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | | |
| | | ия. | | мяча. | ь | анности, | |
| | | Медленны | | Способствовать | комплекс | трудолюбия и | |
| | | й | Ī | развитию | ОРУ; вып | 1 | |

| _ | | | , | | |
|---|-----------------------------|-------|------------------------|------------------|--------------|
| | бег. О.Р.У | | физических | ОЛНЯТЬ | упорства в |
| | . Ловля | | качеств в | ловлю | достижении |
| | мяча | | эстафете. | мяча. | |
| | отскочив | | | Знать: пр | поставленной |
| | шего от | | | авила | цели. |
| | пола. | | | игры; | |
| | Удары | | | | |
| | мяча о пол | | | | |
| | и ловля | | | | |
| | его одной | | | | |
| | рукой. | | | | |
| | Эстафета | | | | |
| 2 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | |
| 2 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | |
| | ия. | | передачи и ловли | Ь | |
| | Медленны | | мяча. Обучение | комплекс | |
| | й | | технике | ОРУ; вып | |
| | бег. О.Р.У | | бросков мяча в | олнять | |
| | | | корзину. | передачи | |
| | Передача | | Способствовать | и ловлю | |
| | и ловля | | развитию | мяча. | |
| | мяча на | | физических | Научиться | |
| | месте в | | качеств в игре. | : технике | |
| | парах. | | | бросков м | |
| | Забрасыва | | | яча в | |
| | ние мяча в | | | корзину. | |
| | корзину. | | | Знать: пр | |
| | Подвижна | | | авила | |
| | я игра | | | игры; | |
| | «Метко в | | | • | |
| | цель». | | | | |
| 2 | Строевые | Игров | Совершенствован | С | |
| 3 | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | |
| | ия. | | мяча. | Ь | |
| | Медленны | | Способствовать | комплекс | |
| | й | | развитию | ОРУ; вып | |
| | бег. О.Р.У | | физических | олнять | |
| | | | качеств в игре и | ловлю | |
| | Подбрасы | | эстафете. | мяча. | |
| | вание и | | _ | Знать: пр | |
| | ловля | | | авила | |
| | мяча | | | игры; | |
| | двумя | | | | |
| | руками. | | | | |
| | Эстафета. | | | | |
| | Подвижна | | | | |
| | я игра | | | | |
| | «Метко в | | | | |
| | цель». | | | | |
| 2 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | |
| 4 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | |
| | ия. | | передачи и ловли | Ь | |
| | Медленны | | мяча. | комплекс | |
| | й | | Способствовать | ОРУ; вып | |
| | бег. О.Р.У | | развитию | олнять | |
| 1 | . Ловля | | физических | передачи | |
| 1 | | Ī | _ | _ | |
| | мяча | | качеств в | и ловлю | |
| | | | | и ловлю мяча. | |
| | мяча отскочив шего от | | качеств в эстафете. | | |

| | пола. | | | авила | | |
|---|------------------------|-------|-----------------------------|-----------------------|----------------|---|
| | Передача | | | игры; | | |
| | и ловля | | | | | |
| | мяча на месте в | | | | | |
| | парах. | | | | | |
| | Эстафета | | | | | |
| | | | | I четверть | | |
| | | _ | Гимнастика с | | кробатики | |
| 2 | ТБ на | Вводн | Ознакомить с | Знать: | | |
| 5 | уроке по гимнастик | ый | техникой безопасности на | Правила | | Познавательные: |
| | е. | | уроках по | поведения на уроке | | TIOSHABATCABIBIC. |
| | Строевые | | гимнастике. | по | | 0.0000000000000000000000000000000000000 |
| | упражнен | | Обучение | гимнастик | | Осознание важности |
| | ия. | | технике | e. | Формирование | |
| | Медленны | | выполнения | Уметь: | | освоения универсальных |
| | й бег. О.Р.У. | | акробатических | выполнят | 11001 11/0 | |
| | О.Р.У. Акробати | | упражнений. Развитие | ь комплекс | навыка | умений связанных с |
| | ческие | | скоростно- | ОРУ; | | |
| | упражнен | | силовых качеств. | Научиться | систематическо | выполнением |
| | ия. | | | : технике | | |
| | Прыжки | | | выполнен | _ | организующих |
| | через ска | | | ИЯ | го наблюдения | , , , , , , , , , , , , , , , , , , , |
| | калку. | | | акробатич еских | | упражнений. |
| | | | | упражнен | за своим | y ripediare i i i i |
| | | | | ий. | | |
| | | | | Уметь: | | |
| | | | | выполнят | физическим | |
| | | | | ь прыжки | | |
| | | | | через ска калку. | состоянием, | |
| 2 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | cocrommen, | ' |
| 6 | упражнен | ини- | ловкости. | выполнят | | Осмысление техники |
| | ия. | рован | | ь | величиной | |
| | Медленны | ный | | комплекс | | выполнения разучиваемых |
| | й бег. | | | ОРУ; | физических | |
| | О.Р.У. Ползание | | | Ходить по гимнастич | физических | акробатических |
| | ПО | | | еской | | |
| | гимнастич | | | скамейке; | нагрузок. | комбинаций и |
| | еской | | | Ползать | | • |
| | скамейке. | | | ПО | | упражнений. |
| | Ходьба по гимнастич | | | гимнастич еской | | <i>y</i> P |
| | еской | | | скамейке. | | |
| | скамейке. | | | | | |
| 2 | Строевые | Комб | Обучение | Уметь: | | |
| 7 | упражнен | ини- | технике лазания | выполнят | | |
| | ия. | рован | ПО | Ь | | |
| | Медленны й бег. | ный | гимнастической | комплекс ОРУ; | | _ |
| | и оег. О.Р.У. | | лестнице. | Научиться | | Осмысление правил |
| | Упражнен | | | : технике | | |
| | ия на | | | лазания | | безопасности (что можно |
| | гимнастич | | | по | | |
| | еской | | | гимнастич | | |

| | | лестнице. Лазанье | | | еской лестнице. | | делать и что опасно |
|----------|---|----------------------|-------|------------------------|--------------------|---------------------|-------------------------|
| | | по гимнастич | | | , | | делать) при выполнении |
| | | еской лестнице | | | | _ | акробатических, |
| | | вверх, вниз, | | | | Развитие | THAIL COMMISSION OF THE |
| | | влево, вправо. | | | | этических | гимнастических |
| 2 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | ЭТИЧЕСКИХ | упражнений, комбинаций. |
| 8 | | упражнен | ини- | ловкости. | выполнят | III ID CEED | |
| | | ИЯ. | рован | Совершенствован | Ь | чувств, | |
| | | Медленны й бег. | ный | ие техники | комплекс ОРУ; | | |
| | | о.Р.У. | | лазания по | ВЫПОЛНЯТ | доброжелатель | |
| | | Ползание | | канату произвольным | ь лазанье | доорожелатель | |
| | | ПО | | способом. | по канату | | |
| | | гимнастич | | CHOCOOOM: | произволь | ности и | |
| | | еской | | | ным | | Коммуникативные: |
| | | скамейке. | | | способом. | | |
| | | Лазанье | | | | эмоционально- | Формирование способов |
| | | по канату | | | | | + opimipobamic chocooob |
| | | произволь | | | | | |
| | | ным | | | | нравственной | позитивного |
| | | способом. | | | | | |
| 2 | | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: | | взаимодействия со |
| 9 | | упражнен | ини- | Упражнения на | выполнят | отзывчивости, | |
| | | ия. | рован | гимнастической | Ь | | сверстниками в парах и |
| | | Медленны | ный | лестнице. | комплекс | HO | Свереннями в нарах и |
| | | й бег. | | Упражнения в | ОРУ; | понимания и | |
| | | О.Р.У. | | равновесии. | выполнят | | группах при разучивании |
| | | Упражнен | | | ь Упражнен | сопереживания | |
| | | ия на гимнастич | | | ия на | Соперемивания | |
| | | еской | | | гимнастич | | |
| | | лестнице. | | | еской | чувствам | Акробатических |
| | | Ходьба по | | | лестнице. | | |
| | | гимнастич | | | Упражнен | | упражнений. |
| | | еской | | | ия в | других людей. | <i>J</i> F - |
| | | скамейке. | | | равновеси | | |
| | | | | | и. | | |
| <u> </u> | | | | | | | Умение объяснять ошибки |
| 3 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | Themse Comeins Chinomi |
| 0 | | упражнен | ини- | скоростно- | выполнят | | |
| | | ия. | рован | силовых качеств. | ь | | при выполнении |
| | | Медленны | ный | Развитие | комплекс | | |
| | | й бег. | | силовых качеств. | ОРУ; | | упражнений. |
| | | О.Р.У. | | | выполнят | | |
| | | Прыжки | | | ь силовые | | |
| | | через ска | | | упражнен | | |
| | | калку. Подтягива | | | ия. | | |
| | | ние в висе | | | | | |
| | | на в висе | | | | | |
| | | па переклади | | | | | |
| | | не (м); | | | | | Регулятивные: |
| | | Подтягива | | | | | i ci yaminbibic. |
| | | ние в висе | | | | | |
| | • | - | • | • | • | • | |

| | $\overline{}$ | дожу (д) | 1 | | | | Формироранио узмония |
|--|---------------|---------------------------------------|---------------|-----------------------------|-----------------------|---------------------------------------|---------------------------|
| 3 | | лежа (д). Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | 1 | Формирование умения |
| $\begin{vmatrix} 3 \\ 1 \end{vmatrix}$ | | упражнен | ини- | ловкости, | выполнят | | |
| 1 | | ия. | рован | Совершенствован | Ь | | выполнять задание в |
| | | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | |
| | | й бег. | | лазания по | ОРУ; | | соответствии с |
| | | О.Р.У. | | канату | выполнят | | |
| | | Ползание | | произвольным | ь лазания | | поставленной целью. |
| | | по | | способом. | по канату | | поставленной целью. |
| | | гимнастич | | | произволь | Формирование | |
| | | еской | | | ным | | |
| | | скамейке. | | | способом. | D.C.T.O.T.L.L.O.C.V.L.V. | Способы организации |
| | | Лазанье | | | | эстетических | Спосооы организации |
| | | по канату произволь | | | | | _ |
| | | ным | | | | потребностей, | рабочего места. |
| | | способом. | | | | inorpeonocien, | |
| 3 | | Строевые | Комб | Совершенствован | Уметь: | 1 | |
| 2 | | упражнен | ини- | ие техники | выполнят | ценностей и | |
| | | ия. | рован | выполнения | ь | | |
| | | Медленны | ный | акробатических | комплекс | | |
| | | й бег. | | упражнений. | ОРУ; | чувств. | |
| | | О.Р.У. | | Совершенствован | выполнят | | |
| | | Акробати | | ие техники | ь акробат | | Формирование умения |
| | | ческие | | лазания по | ические | | |
| | | упражнен | | гимнастической | упражнен | | понимать причины успеха |
| | | ия. Лазанье | | лестнице. | ия; | | 1 |
| | | ПО | | | выполнят ь лазания | | /неуспеха учебной |
| | | гимнастич | | | по канату | | /неуспеха учеоной |
| | | еской | | | произволь | | |
| | | лестнице | | | ным | | деятельности и |
| | | вверх, | | | способом. | | |
| | | вниз, | | | | Формирование | способности конструктив |
| | | влево, | | | | | |
| | | вправо. | | | | | но действовать даже в |
| 3 | | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: | и проявление | по денетвовать даже в |
| 3 | | упражнен | ини- | Упражнения на | выполнят | | |
| | | ия. | рован | гимнастической | Ь | положительных | ситуациях неуспеха. |
| | | Медленны й бег. | ный | лестнице. | комплекс ОРУ; | 11071071d11C71B11B12X | |
| | | 0.Р.У. | | Упражнения в равновесии. | выполнят | | |
| | | Упражнен | | ривновесии. | Ь | качеств | |
| | | ия на | | | упражнен | | |
| | | гимнастич | | | ия на | | |
| | | еской | | | гимнастич | личности, | |
| | | лестнице. | | | еской | | 6 |
| | | Ходьба по | | | лестнице. | | Формирование умения |
| | | гимнастич | | | Упражнен | дисциплиниров | |
| | | еской | | | ия в | | планировать, |
| | | скамейке. | | | равновеси | анности, | |
| 2 | <u> </u> | Строорги | Kons | Dr 1770 7777777 | И. | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | контролировать и |
| 3 4 | | Строевые | Комб | Выполнить | Уметь: | | - r |
| " | | упражнен ия. | ини- рован | упражнения в равновесии. | выполнят ь | трудолюбия и | 0110111170000 177106 |
| | | ия. Медленны | рован ный | Развитие | комплекс | | оценивать учебные |
| | | й бег. | | скоростно- | ОРУ; | | |
| | | О.Р.У. | | силовых качеств. | Выполнит | | действия в соответствии с |
| | | Ходьба по | | | ь | | |
| | | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | • | | • | |

| | 1 | | | | · | , |
|---|------------------|--------|------------------|------------|--------------|--|
| | гимнастич | | | упражнен | упорства в | поставленной задачей и |
| | еской | | | ия в | | |
| | скамейке. | | | равновеси | | условиями ее реализации; |
| | Прыжки | | | и; | достижении | у сториями се решлизации, |
| | через ска | | | выполнят | | |
| | калку. | | | ь силовые | | определять наиболее |
| | | | | упражнен | поставленной | • |
| | | | | ия. | | |
| 3 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | эффективные способы |
| 5 | упражнен | ини- | ловкости. | выполнят | цели. | |
| ' | | | | | цели. | TOCTIVIOUILE DOSVET TOTO |
| | ия. | рован | Совершенствован | ь | | достижения результата. |
| | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | |
| | й бег. | | лазания по | ОРУ; | | |
| | О.Р.У. | | гимнастической | выполнят | | |
| | Ползание | | лестнице. | ь лазание | | |
| | по | | | по | | |
| | гимнастич | | | гимнастич | | |
| | еской | | | еской | | |
| | скамейке. | | | лестнице. | | |
| | Лазанье | | | , , , , | | Овладение логическими |
| | по | | | | | |
| | | | | | | J |
| | гимнастич | | | | | действиями сравнения, |
| | еской | | | | | |
| | лестнице | | | | | 2112 1112 2 - CHUTO22 |
| | вверх, | | | | | анализа, синтеза, |
| | вниз, | | | | | |
| | влево, | | | | | обобщения, |
| | вправо. | | | | | , |
| 3 | Строевые | Комб | Упражнения на | Уметь: | | |
| 6 | упражнен | ини- | гимнастической | выполнят | | классификации по |
| | ия. | рован | лестнице. | Ь | | |
| | Медленны | ный | Обучение | комплекс | | 20 2021 27 22 22 22 22 22 22 22 22 22 22 22 22 |
| | й бег. | HIBIPI | технике лазания | ОРУ; | | родовым признакам, |
| | и оег. О.Р.У. | | | 1 | | |
| | | | по наклонной | выполнят | | установления аналогий и |
| | Упражнен | | скамье с опорой | ь лазание | | <i>y</i> |
| | ия на | | на руки. | по | | |
| | гимнастич | | | гимнастич | | причинно-следственных |
| | еской | | | еской | | |
| | лестнице. | | | лестнице. | | J |
| | Лазанье | | | Научиться | | связей, построения |
| | по | | | : технике | | |
| | наклонной | | | лазанья по | | рассуждений, отнесения к |
| | скамейке с | | | наклонно | | 1 0 , , , , , , , , , , , , , , , , , |
| | опорой на | | | й | | |
| | руки. | | | скамейке | | известным понятиям. |
| | Py | | | с опорой | | |
| | | | | _ | | |
| 7 | Cmpage | Var-6 | Coponyyour | на руки. | 1 | |
| 3 | Строевые | Комб | Совершенствован | Уметь: | | |
| 7 | упражнен | ини- | ие техники | выполнят | | |
| | ия. | рован | выполнения | Ь | | |
| | Медленны | ный | акробатических | комплекс | | |
| | й бег. | | упражнений. | ОРУ; | | |
| | О.Р.У. | | Развитие | технике | | |
| | Акробати | | скоростно- | лазания | | |
| | ческие | | силовых качеств. | по | | |
| | упражнен | | | наклонно | | |
| | ия. | | | й скамье с | | |
| | ил. Прыжки | | | опорой на | | |
| | - | | | _ | | |
| | через ска | | I | руки. | I . | |

| 3 | калку. | Комб | Coponyyour | Visorri |
|---|---------------------|--------------|--|------------------|
| 8 | Строевые | Комо ини- | Совершенствован | Уметь: |
| Ö | упражнен | | ие техники | выполнят |
| | ия. Медленны | рован ный | лазания по наклонной | ь комплекс |
| | й бег. | TIBIRI | скамье с опорой | ОРУ; |
| | О.Р.У. | | на руки. | Выполнят |
| | Лазанье | | Совершенствован | ь лазание |
| | по | | ие техники | по |
| | наклонной | | лазания по | наклонно |
| | скамейке с | | канату | й скамье с |
| | опорой на | | произвольным | опорой на |
| | руки. | | способом. | руки; |
| | Лазанье | | | выполнят |
| | по канату | | | ь лазания |
| | произволь | | | по канату |
| | ным способом. | | | произволь |
| | CHOCOOOM. | | | ным способом. |
| | | | | CHOCOOOM. |
| 3 | Строевые | Комб | Совершенствован | Уметь: |
| 9 | упражнен | ини- | ие техники | выполнят |
| | ия. | рован | лазания по | ь |
| | Медленны | ный | гимнастической | комплекс |
| | й бег. | | лестнице. | ОРУ; |
| | О.Р.У. | | Упражнения в | выполнят |
| | Лазанье | | равновесии. | ь лазание |
| | по | | | по |
| | гимнастич | | | гимнастич |
| | еской | | | еской |
| | лестнице | | | лестнице. |
| | вверх, | | | Упражнен |
| | вниз, | | | ИЯ В |
| | влево, | | | равновеси |
| | вправо. Упражнен | | | И. |
| | ия на | | | |
| | равновеси | | | |
| | e. | | | |
| 4 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: |
| 0 | упражнен | ини- | ловкости. | выполнят |
| | ия. | рован | Совершенствован | ь |
| | Медленны | ный | ие техники | комплекс |
| | й бег. | | лазания по | ОРУ; |
| | О.Р.У. | | наклонной | Выполнят |
| | Ползание | | скамье с опорой | ь лазание |
| | по | | на руки. | по |
| | гимнастич | | | наклонно |
| | еской | | | й скамье с |
| | скамейке. | | | опорой на |
| | Лазанье | | | руки. |
| | по наклонной | | | |
| | скамейке с | | | |
| | опорой на | | | |
| | руки. | | | |
| 4 | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: |
| 1 | упражнен | ини- | Упражнения на | выполнят |
| | уприжитен ия. | рован | гимнастической | Ь |
| ! | 11/1, | Poban | 11111111111111111111111111111111111111 | <u> </u> |

| | 1 | Υ | | Υ | 1 |
|---|----------|--------------------|--------------|--------------------|------------------|
| | | Медленны | ный | лестнице. | комплекс |
| | | й бег. | | Развитие силы. | ОРУ; |
| | | О.Р.У. | | | выполнят |
| | | Упражнен | | | ь лазание |
| | | ия на | | | по |
| | | гимнастич | | | гимнастич |
| | | еской | | | еской |
| | | лестнице. | | | лестнице. |
| | | Подтягива | | | |
| | | ние, лежа | | | |
| | | на | | | |
| | | наклонной | | | |
| | <u> </u> | скамье. | | | |
| 4 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: |
| 2 | | упражнен | ини- | скоростно- | выполнят |
| | | ия. | рован | силовых качеств. | ь |
| | | Медленны | ный | Выполнить: | комплекс |
| | | й бег. | | Упражнения в | ОРУ; вып |
| | | О.Р.У. | | равновесии. | олнять |
| | | Прыжки | | _ | прыжки |
| | | через ска | | | через ска |
| | | калку. | | | калку. |
| | | Упражнен | | | Упражнен |
| | | ия на | | | ия на |
| | | равновеси | | | равновеси |
| | | е. | | | е |
| 4 | | Строевые | Комб | Учет освоения | Уметь: |
| 3 | | упражнен | ини- | техники | выполнят |
| 3 | | | | | |
| | | ИЯ. Молдонии г | рован ный | выполнения | Ь |
| | | Медленны й бег. | ныи | акробатических | комплекс Ору- |
| | | | | упражнений. | ОРУ; |
| | | О.Р.У. | | Упражнения в | выполнят |
| | | Акробати | | равновесии. | Ь |
| | | ческие | | | акробатич |
| | | упражнен | | | еские |
| | | ия. | | | упражнен |
| | | Ходьба по | | | ия. |
| | | гимнастич | | | Упражнен |
| | | еской | | | ия в |
| | | скамейке. | | | равновеси |
| | | | | | и. |
| 4 | | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: |
| 4 | | упражнен | ини- | Упражнения в | выполнят |
| ' | | ия. | рован | равновесии. | Ь |
| | | Медленны | ный | Развитие | комплекс |
| | | й бег. | TIDIKI | силовых качеств. | ОРУ; |
| | | О.Р.У. | | CHAIODDIA NOMECIB. | выполнят |
| | | | | | |
| | | Упражнен | | | ь Упражной |
| | | ван из | | | Упражнен |
| | | равновеси | | | ия в |
| | | е. | | | равновеси |
| | | Подтягива | | | и. |
| | | ние, лежа | | | |
| | | на | | | |
| | | наклонной | | | |
| | | скамье. | | | |
| 4 | | Строевые | Комб | Учет освоения | Уметь: |
| 5 | | упражнен | ини- | техники лазания | выполнят |
| | | ия. | рован | по | Ь |
| _ | | | | - | - |

| | | · | r | | r |
|----------|----------|------------|-------|------------------|-----------|
| | | Медленны | ный | гимнастической | комплекс |
| | | й бег. | | лестнице. | ОРУ;выпо |
| | | О.Р.У. | | Развитие | лнять |
| | | Лазанье | | ловкости. | лазание |
| | | ПО | | | по |
| | | гимнастич | | | гимнастич |
| | | еской | | | еской |
| | | лестнице | | | лестнице; |
| | | вверх, | | | выполнят |
| | | вниз, | | | ь |
| | | влево, | | | перелезан |
| | | вправо. | | | ие через |
| | | Перелезан | | | стопку |
| | | ие через | | | матов. |
| | | стопку | | | |
| | | матов. | | | |
| 4 | | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: |
| 6 | | _ | | | |
| 0 | | упражнен | ини- | Упражнения на | выполнят |
| | | ия. | рован | гимнастической | Ь |
| | | Медленны | ный | лестнице. | комплекс |
| | | й бег. | | Развитие | ОРУ; |
| | | О.Р.У. | | ловкости, силы. | выполнят |
| | | Упражнен | | | ь лазание |
| | | ия на | | | по |
| | | гимнастич | | | гимнастич |
| | | еской | | | еской |
| | | лестнице. | | | лестнице; |
| | | Перелезан | | | выполнят |
| | | ие через | | | ь |
| | | стопку | | | перелезан |
| | | матов. | | | ие через |
| | | Подтягива | | | стопку |
| 1 | | ние в висе | | | матов; вы |
| 1 | | | | | |
| 1 | | на | | | Полнять |
| 1 | | переклади | | | Подтягива |
| | | не (м); | | | ние в |
| | | Подтягива | | | висе. |
| | | ние в висе | | | |
| <u> </u> | <u> </u> | лежа (д). | | | |
| 4 | | Строевые | Комб | Выполнить: | Уметь: |
| 7 | | упражнен | ини- | Упражнения в | выполнят |
| | | ия. | рован | равновесии. | ь |
| | | Медленны | ный | Развитие | комплекс |
| | | й бег. | | силовых качеств. | ОРУ; |
| | | О.Р.У. | | | выполнят |
| | | Упражнен | | | ь |
| | | ия на | | | упражнен |
| | | равновеси | | | ия в |
| | | е. | | | равновеси |
| | | | | | _ |
| | | Подтягива | | | и; |
| | | ние, лежа | | | выполнят |
| | | на | | | Ь |
| | | наклонной | | | подтягива |
| | | скамье. | | | ние. |
| | | ļ | | | |
| 4 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: |
| 8 | | упражнен | ини- | ловкости. Учет | выполнят |
| | | ия. | рован | освоения техники | ь |
| | | Медленны | ный | лазания по | комплекс |
| | • | | | • | |

| | | й бег. О.Р.У. Перелезан ие через стопку матов. Лазанье по канату произволь ным способом. | | канату произвольным способом. | ОРУ; выполнят ь перелезан ие через стопку матов; выполнят ь Лазанье по канату произволь | | |
|-----|---|---|------------------------------|---|--|--|--|
| | | | | | ным | | |
| | | | | TT | способом. I четверть | | |
| | | | | | ·a | | |
| 4 | Π | ТБ на | Вводн | Ознакомить с | ая подготовк Знать: | .a | |
| 9 | | уроке по | ый | Техникой | Правила | Формирование | Познавательные:смыслени |
| | | лыжной | | безопасности на | поведения | навыка | е, объяснение своего |
| | | подготовк | | уроках по | на уроке | систематическо | двигательного опыта. |
| | | е. Повороты на месте. Передвиж ение скользящи м шагом (б/п) | | лыжной подготовке. Обучение технике поворотов на месте. Совершенствован ие техники передвижения скользящим шагом (без палок). | по лыжной подготовк е. Научиться : технике поворотов на месте. Уметь: передвига ться скользящи м шагом (без палок). | го наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. | Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Коммуникативные: |
| 5 0 | | Повороты на месте. Передвиж ение скользящи м шагом (бе з палок). Передвиж ение скользящим шагом 30 м. | Комб ини- рован ный | Совершенствован ие техники поворотов на месте. Совершенствован ие техники передвижения скользящим шагом (без палок). Обучение техники передвижения скользящим шагом (с палками) на короткие дистанции на время. | Уметь: в ыполнять повороты на месте; передвига ться скользящи м шагом (без палок). Научиться : техники передвиж ения скользящи м шагом (с палками) на короткие дистанции на время. | самостоятельно сти и личной ответственност и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, | Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, |
| 5 | | Передвиж | Комб | Учет техники | Уметь: | | хладнокровие, |

| | | | 1 | | | |
|----------|----------------------|---------------|--------------------------------|------------------------|---------------|----------------------------|
| 1 | ение скол | ини- | передвижения | передвига | доброжелатель | сдержанность, |
| | ьзящим шагом 30 | рован ный | скользящим 30 метров, | ться скользящи | ности и | рассудительность. |
| | M. | TIBIRI | совершенствован | м шагом; | эмоционально- | |
| | Ступающ | | ие техники | Передвига | l ' | Умение с достаточной |
| | ий шаг. | | передвижения | ться | нравственной | полнотой и точностью |
| | | | ступающим | ступающи | отзывчивости, | DI IDAWATI CROH MI ICILI B |
| <u> </u> | | | шагом. | м шагом. | понимания и | выражать свои мысли в |
| 5 | Подъем | Комб | Совершенствован | Уметь: | COHODOWNDAMA | соответствии с |
| 2 | ступающи м шагом. | ини- рован | ие техники подъема | поднимат ься в гору | сопереживания | задачами урока, владение |
| | Спуски в | ный | ступающим | ступающи | чувствам | специальной |
| | низкой | | шагом.Совершен | м шагом; | других людей. | · |
| | стойке. | | ствование | спускатьс | | терминологией. |
| | | | техники спусков | я с горы в | | D 77 |
| | | | в низкой стойке. | низкой | | Регулятивные: Умение |
| <u> </u> | П | 17 | C | стойке. | | организовать |
| 5 3 | Подъем ступающи | Комб ини- | Совершенствован ие техники | Уметь: поднимат | | самостоятельную |
| | м шагом. | рован | подъема | ься в гору | Формирование | J |
| | Спуски в | ный | ступающим | ступающи | эстетических | деятельность с учетом |
| | высокой | | шагом.Совершен | м шагом; | потребностей, | требований ее |
| | стойке. | | ствование | спускатьс | l - | безопасности, |
| | | | техники спусков | я с горы в | ценностей и | |
| | | | в низкой стойке. | низкой | чувств. | сохранности инвентаря и |
| 5 | Подъем | Комб | Совершенствован | стойке. Уметь: | | оборудования, |
| 4 | ступающи | ини- | ие техники | поднимат | | организации мест занятий. |
| ' | м шагом. | рован | подъема | ься в гору | | |
| | Спуски в | ный | ступающим | ступающи | | Умение характеризовать, |
| | высокой | | шагом. | м шагом; | | выполнять задание в |
| | стойке. | | Совершенствован | спускатьс | Формирование | |
| | | | ие техники | я с горы в низкой | и проявление | соответствии с целью и |
| | | | спусков высокой стойке. | стойке. | положительных | анализировать технику |
| 5 | Спуски в | Комб | Совершенствован | Уметь: | | выполнения упражнений, |
| 5 | низкой | ини- | ие техники | спускатьс | качеств | давать объективную |
| | стойке. | рован | спусков в низкой | я с горы в | личности, | |
| | Эстафеты. | ный | стойке. | низкой | дисциплиниров | оценку технике |
| | | | Способствовать | стойке. | | выполнения упражнений |
| | | | развитию физических | Знать: пр авила | анности, | на основе освоенных |
| | | | физических качеств в | эстафеты. | трудолюбия и | |
| | | | эстафете. | | упорства в | знаний и имеющегося |
| 5 | Ступающ | Комб | Совершенствован | Уметь: | достижении | опыта. |
| 6 | ий шаг. | ини- | ие техники | Передвига | I '' | |
| | Эстафеты. | рован | передвижения | ться | поставленной | Умение технически |
| | | ный | ступающим | ступающи | цели. | правильно выполнять |
| | | | шагом. Способствовать | м шагом. Знать: пр | | двигательные действия из |
| | | | развитию | авила | | |
| | | | физических | эстафеты. | | базовых видов спорта, |
| | | | качеств в | | | использовать их в игровой |
| <u> </u> | | | эстафете. | | | и соревновательной |
| 5 | Попереме | Комб | Обучение | Научиться | | - |
| 7 | нный | ини- | технике | : технике | | деятельности. |
| | двухшажн ый ход | рован ный | попеременно двушажного хода | попереме нно | | Умение планировать |
| | без | 110171 | (без палок). | двушажно | | э мение плапировать |
| - | | | | | | |

| | | палок). | | Способствовать | го хода | собственную |
|--------|-----|--|--------------------------------------|---|---|-----------------------|
| | | Эстафеты. | | развитию | (без | Coocibeiniyio |
| | | эстифеты. | | физических | палок). З | деятельность, |
| | | | | качеств в | нать: пра | распределять нагрузку |
| | | | | эстафете. | вила | |
| | | | | | эстафеты. | отдых в процессе ее |
| 5 | | Попереме | Комб | Совершенствован | Уметь: | выполнения. |
| 8 | | нный | ини- | ие техники | передвига | |
| | l . | двухшажн | рован | попеременно | ться | |
| | ' | ый ход | ный | двушажного хода | Попереме | |
| | | (без | | (без палок). | нным | |
| | | палок). | | Способствовать | двушажн | |
| | | Эстафеты. | | развитию | ым ходом | |
| | | • | | физических | (без | |
| | | | | качеств в | палок). | |
| | | | | эстафете. | Знать: пр | |
| | | | | • | авила | |
| | | | | | эстафеты. | |
| 5 | | Ступающ | Комб | Совершенствован | Уметь: | |
| 9 | | ий шаг. | ини- | ие техники | Передвига | |
| · | | Попереме | рован | передвижения | ться | |
| | | нный | ный | ступающим | ступающи | |
| | Ì . | двухшажн | | шагом. Обучение | м шагом. | |
| | | ый ход (с | | технике | Научиться | |
| | | палками). | | попеременно | : технике | |
| | | , | | двушажного хода | попереме | |
| | | | | (с палками). | нно | |
| | | | | | двушажно | |
| | | | | | го хода (с | |
| | | | | | палками). | |
| 6 | | Попереме | Комб | Совершенствован | Уметь: | |
| 0 | | нный | ини- | ие техники | Передвига | |
| | | двухшажн | рован | попеременно | ться | |
| | | ый ход | ный | двушажного хода | попереме | |
| | | (c/π). | | (с палками). | ННЫМ | |
| | l I | | | Способствовать | двушажн | |
| | | Эстафеты | | | | |
| | | Эстафеты | | развитию | ым ходом | |
| | | эстафеты | | 1 - | ым ходом (с | |
| | | Эстафеты | | развитию физических качеств в | ым ходом (с палками). | |
| | | Эстафеты | | физических | (с палками). | |
| | | Эстафеты | | физических качеств в | (c | |
| | | Эстафеты | | физических качеств в | (с палками). Знать: пр | |
| 6 | | Попереме | Комб | физических качеств в | (с палками). Знать: пр авила | |
| 6 1 | | Î | Комб | физических качеств в эстафете. | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. | |
| | | Попереме | | физических качеств в эстафете. Совершенствован | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: | |
| | | Попереме нный | ини- | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига | |
| | , | Попереме нный двухшажн | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажн | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). | |
| | , | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). | ини- рован | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). Знать: пр авила | |
| | | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). Эстафеты. | ини- рован ный | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете. | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). Знать: пр | |
| 1 | | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). Эстафеты. | ини- рован ный | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете. | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). Знать: пр авила эстафеты Уметь: | |
| 6 | | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). Эстафеты. Передвиж ение скол | ини- рован ный Комб ини- | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете. Учет освоения техники | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). Знать: пр авила эстафеты Уметь: передвига | |
| 6 | | Попереме нный двухшажн ый ход (с палками). Эстафеты. | ини- рован ный | физических качеств в эстафете. Совершенствован ие техники попеременно двушажного хода (с палками). Способствовать развитию физических качеств в эстафете. | (с палками). Знать: пр авила эстафеты. Уметь: Передвига ться попереме нным двушажным ходом (с палками). Знать: пр авила эстафеты Уметь: | |

| | Передвиж | | Развитие | | | |
|---|---------------------|-------|-------------------------|------------------|---------------------------|-------------------------|
| | ение на лыжах до | | выносливости. | | | |
| | 1 км. | | | | | |
| 6 | Повороты | Комб | Совершенствован | Уметь: | | |
| 3 | на месте. | ини- | ие техники | выполнят | | |
| | Эстафеты. | рован | поворотов на | ь | | |
| | | ный | месте. | повороты | | |
| | | | Способствовать | на месте. | | |
| | | | развитию | Знать: пр | | |
| | | | физических | авила | | |
| | | | качеств в игре. | эстафеты | | |
| 6 | Передвиж | Комб | Развитие | _Уметь: | | |
| 4 | ение на | ини- | выносливости. | Передвига | | |
| | лыжах до | рован | | ться | | |
| | 1,5 км. | ный | | попереме | | |
| | | | | ННЫМ | | |
| | | | | двушажн | | |
| | | | | ым ходом (с | | |
| | | | | палками) | | |
| | | | | на | | |
| | | | | результат. | | |
| | • | • | Подвижные игры с | | портивных игр | |
| 6 | Т.Б. на | Игров | Повторить | Знать: | | _ |
| 5 | уроке по | ой | технику | технику | Формирование | Познавательные: |
| | подвижны | | безопасности на | безопасно | навыка | |
| | м играм. | | уроках по | сти на | систематическо | Осмысление, объяснение |
| | Строевые | | подвижным | уроках по | го наблюдения | |
| | упражнен | | играм. | подвижны | за своим | своего двигательного |
| | ия. | | Совершенствован | м играм; | физическим | OTTL ITTO |
| | Медленны | | ие техники | Правила | состоянием, величиной | опыта. |
| | й бег. | | передачи и ловли | игры. | физических | |
| | О.Р.У. | | мяча. | Уметь: | нагрузок. | Осознание важности |
| | Ловля | | Способствовать | выполнят | inai py som. | |
| | мяча | | развитию | Ь | Развитие | освоения универсальных |
| | ОТСКОЧИВ | | физических | комплекс ОРУ; | самостоятельно | |
| | шего от пола. | | качеств в игре. | OF 5, | сти и личной | умений связанных с |
| | Подбрасы | | | | ответственност | |
| | вание и | | | | и за свои | выполнением |
| | ловля | | | | поступки на | , l |
| | мяча | | | | основе | упражнений. |
| | двумя | | | | представлений | |
| | руками. | | | | о нравственных | Осмысление техники |
| | Подвижна | | | | нормах. | _ |
| | я игра | | | | Развитие | выполнения разучиваемых |
| | «Передача | | | | этических | |
| | мячей в | | | | чувств, | заданий и упражнений. |
| | колоннах» | | | | доброжелатель | |
| | • | 177 | | 3.7 | ности и | Kommania zarabia to: |
| 6 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | эмоционально- | Коммуникативные: |
| 6 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | нравственной | Формирование способов |
| | ия. | | передачи и ловли | Ь | отзывчивости, | * ohmuhopmine chocoon |
| | Медленны й бег. | | мяча. Способствовать | комплекс Ору- | понимания и | позитивного |
| | о.р.у. | | | ОРУ; выполнят | сопереживания | |
| | Удары | | развитию физических | Ь | чувствам других людей. | взаимодействия со |
| | мяча о пол | | качеств в | передачи | других людеи. | • • |
| ш | 1 101 10 0 110/1 | - | 1.00 10010 0 | реда пт | I. | |

| | | Y | | | | 1 | |
|----------|---|------------|-------|------------------|-----------|----------------------------|--------------------------|
| | | и ловля | | эстафете. | и ловли | Формирование | сверстниками в парах и |
| | | его одной | | | мяча. | эстетических | |
| | | рукой. | | | Знать: | потребностей, | группах при разучивании |
| | | Передача | | | правила | ценностей и | |
| | | и ловля | | | игры. | чувств. | Упражнений. |
| | | мяча на | | | | Формирование | з пражнении. |
| | | месте в | | | | и проявление | |
| | | парах. | | | | положительных | Умение объяснять ошибки |
| <u> </u> | | Эстафета. | | _ | | качеств | |
| 6 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | | при выполнении |
| 7 | | упражнен | ой | ие техники | выполнят | личности, | • |
| | | ия. | | передачи и ловли | Ь | дисциплиниров | упражнений. |
| | | Медленны | | мяча. | комплекс | анности, | J 1 |
| | | й бег. | | Способствовать | ОРУ; | трудолюбия и | |
| | | О.Р.У. | | развитию | выполнят | упорства в | Умение управлять |
| | | Ловля | | физических | Ь | достижении поставленной | |
| | | мяча | | качеств в игре. | передачи | | эмоциями при общении со |
| | | отскочив | | | и ловли | цели. | |
| | | шего от | | | мяча. Зна | | сверстниками и |
| | | пола. | | | ть: | | |
| | | Передача | | | правила | | взрослыми, сохранять |
| | | и ловля | | | игры. | | |
| | | мяча на | | | | | хладнокровие, |
| | | месте в | | | | | _ |
| | | парах. | | | | | сдержанность, |
| | | Подвижна | | | | | · · · |
| | | я игра | | | | | рассудительность. |
| | | «Передача | | | | | |
| | | мячей в | | | | | |
| | | колоннах» | | | | | Умение с достаточной |
| | | | | | | | |
| 6 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | | полнотой и точностью |
| 8 | | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | | |
| | | ия. | | мяча. | ь | | выражать свои мысли в |
| | | Медленны | | Способствовать | комплекс | | |
| | | й бег. | | развитию | ОРУ; | | соответствии с |
| | | О.Р.У. | | физических | выполнят | | |
| | | Подбрасы | | качеств в | ь ловлю | | задачами урока, владение |
| | | вание и | | эстафете. | мяча. | | u. |
| | | ловля | | | Знать: | | специальной |
| | | мяча | | | правила | | - |
| | | двумя | | | игры. | | терминологией. |
| | | руками. | | | _ | | |
| | | Удары | | | | | Регулятивные: Умение |
| | | мяча о пол | | | | | т стулитивные. У мение |
| | | и ловля | | | | | организовать |
| | | его одной | | | | | obiminioopara |
| | | рукой. | | | | | самостоятельную |
| | | Эстафета. | | | | | CalvioC10x1C1B11y10 |
| 6 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | | деятельность с учетом |
| 9 | | упражнен | ой | ие техники | выполнят | | ACTION C A ACTOM |
| | | ия. | | передачи и ловли | ь | | требований ее |
| | | Медленны | | мяча. | комплекс | | греоовший сс |
| | | й бег. | | Способствовать | ОРУ; | | безопасности, |
| | | О.Р.У. | | развитию | выполнят | | ocsonachociri, |
| | | Передача | | физических | Ь | | сохранности инвентаря и |
| | | и ловля | | качеств в игре. | передачи | | солранности инвентари и |
| | | мяча на | | , | и ловли | | оборудования, |
| | I | MOCTO D | | | мяча. | | ооорудования, |
| | | месте в | | | | | |

| | | | | · | | · |
|---|----|------------|-------|------------------|----------|--|
| | | парах. | | | Знать: | организации мест занятий. |
| | | Ловля и | | | правила | |
| | | передача | | | игры. | V |
| | | мяча в | | | | Умение характеризовать, |
| | | движении. | | | | DV 1990 99 199 199 199 199 199 199 199 199 |
| | | Подвижна | | | | выполнять задание в |
| | | я игра | | | | GOODDONGTON G |
| | | «Передача | | | | соответствии с целью и |
| | | мячей в | | | | |
| | | колоннах» | | | | анализировать технику |
| | | | | | | |
| 7 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | выполнения упражнений, |
| 0 | | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | _ |
| | | ия. | | мяча. | Ь | давать объективную |
| | | Медленны | | Способствовать | комплекс | |
| | | й бег. | | развитию | ОРУ; | оценку технике |
| | | О.Р.У. | | физических | выполнят | |
| | | Ловля | | качеств в | ь ловлю | выполнения упражнений |
| | | мяча | | эстафете. | мяча. | |
| | | отскочив | | | Знать: | на основе освоенных |
| | | шего от | | | правила | U |
| | | пола. | | | игры. | знаний и имеющегося |
| | | Удары | | | | |
| | | мяча о пол | | | | опыта. |
| | | и ловля | | | | |
| | | его одной | | | | Умение технически |
| | | рукой. | | | | J WCHIE TCAHII-TCCKI |
| | | Эстафета. | | | | правильно выполнять |
| 7 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | Tipubraibilo bbilloaniarib |
| 1 | | упражнен | ой | ие техники | выполнят | двигательные действия из |
| | | ия. | | передачи и ловли | ь | дын ительные денетым из |
| | | Медленны | | мяча. | комплекс | базовых видов спорта, |
| | | й бег. | | Способствовать | ОРУ; | оизовых видов спорти, |
| | | О.Р.У. | | развитию | выполнят | использовать их в игровой |
| | | Подбрасы | | физических | ь | Henonbooking his pobon |
| | | вание и | | качеств в игре. | передачи | и соревновательной |
| | | ловля | | _ | и ловли | п соревновательной |
| | | мяча | | | мяча. | деятельности. |
| | | двумя | | | Знать: | делтельности. |
| | | руками. | | | правила | |
| | | Ловля и | | | игры. | Умение планировать |
| | | передача | | | _ | _ |
| | | мяча в | | | | собственную |
| | | движении. | | | | |
| | | П/и «Мяч | | | | деятельность, |
| L | L_ | на полу». | | | | |
| 7 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | распределять нагрузку и |
| 2 | | упражнен | ой | ие техники | выполнят | |
| | | ия. | | передачи и ловли | ь | отдых в процессе ее |
| | | Медленны | | мяча. | комплекс | |
| | | й бег. | | Совершенствован | ОРУ; | выполнения. |
| | | О.Р.У. | | ие техники | выполнят | |
| | | Передача | | бросков мяча в | ь | |
| | | и ловля | | корзину. | передачи | Умение видеть красоту |
| | | мяча на | | Способствовать | и ловли | |
| | | месте в | | развитию | мяча; | движений, выделять и |
| | | парах. | | физических | выполнят | |
| | | Забрасыва | | качеств в | Ь | обосновывать |
| | | ние мяча в | | эстафете. | броски м | |
| | | | | , | | |

| | VODSIMIV | | | ans b | |
|---------|---------------------------|-------|---|--------------------|-----------------------|
| | корзину. Эстафета. | | | яча в корзину. | эстетические признаки |
| | Эстафста. | | | корзину. Знать: | движениях и |
| | | | | правила | Apibicinali |
| | | | | игры. | передвижениях человен |
| 7 | Строевые | Игров | Совершенствован ие техники передачи и ловли | Уметь: | 1 '' |
| 3 | упражнен | ой | | выполнят | |
| | ия. | | | Ь | |
| | Медленны | | мяча. | комплекс | |
| | й бег. | | Способствовать развитию физических | ОРУ; вып | |
| | О.Р.У. | | | олнять передачи | |
| | Удары | | | | |
| | мяча о пол | | качеств в игре. | и ловли | |
| | и ловля | | | мяча. | |
| | его одной | | | Знать: | |
| | рукой. | | | правила | |
| | Ловля и | | | игры. | |
| | передача | | | | |
| | мяча в | | | | |
| | движении. | | | | |
| | П/и «Мяч | | | | |
| | на полу». | TA | Caraca | 37 | |
| 7 4 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | |
| | упражнен | ой | ие техники ловли мяча. | ВЫПОЛНЯТ Ь | |
| | ия. | | | | |
| | Медленны й бег. | | Способствовать | комплекс ОРУ; | |
| | о.Р.У. | | развитию физических | огу, выполнят | |
| | Ловля | | качеств в | ь ловлю | |
| | мяча | | эстафете. | мяча. Зна | |
| | отскочив | | serapere. | ть: | |
| | шего от | | | правила | |
| | пола. | | | игры. | |
| | Подбрасы | | | 1 | |
| | вание и | | | | |
| | ловля | | | | |
| | мяча | | | | |
| | двумя | | | | |
| | руками. | | | | |
| \perp | Эстафета. | | | | |
| 7 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | |
| 5 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | |
| | ия. | | передачи и ловли | Ь | |
| | Медленны | | мяча. | комплекс | |
| | й бег. | | Способствовать | ОРУ; | |
| | О.Р.У. | | развитию | выполнят | |
| | Передача | | физических | Ь | |
| | и ловля | | качеств в игре. | передачи | |
| | мяча на | | | и ловли | |
| | месте в | | | мяча. Знать: | |
| | парах. Ловля и | | | знать: правила | |
| | | | | правила игры. | |
| | передача мяча в | | | ит ры. | |
| | движении. | | | | |
| | | | | | |
| | ∏/и | | i | | |
| | П/и «Попали в | | | | |
| | П/и «Попади в мяч». | | | | |

| | | | 1 | | | |
|----------|--------------------|-------|---------------------------------|----------------------------|----------------|---|
| 6 | упражнен ия. | ой | ие техники бросков мяча в | выполнят ь | | |
| | ил. Медленны | | корзину. | комплекс | | |
| | й бег. | | Способствовать | ОРУ; | | |
| | О.Р.У. | | развитию | выполнят | | |
| | Забрасыва | | физических | Ь | | |
| | ние мяча в | | качеств в | броски м | | |
| | корзину. | | эстафете. | яча в | | |
| | Эстафета. | | | корзину. | | |
| | | | | Знать: | | |
| | | | | правила | | |
| <u> </u> | | | | игры. | | |
| 7 | Строевые | Игров | Способствовать | Уметь: | | |
| 7 | упражнен | ой | развитию | выполнят | | |
| | ия. Моддонич | | физических | Ь | | |
| | Медленны й бег. | | качеств в игре и в эстафете. | комплекс ОРУ; | | |
| | и ост. О.Р.У. | | эстафете. | Знать: | | |
| | Эстафета. | | | правила | | |
| | Подвижна | | | игры. | | |
| | я игра | | | r | | |
| | «Попади в | | | | | |
| | мяч». | | | | | |
| 7 | Строевые | Игров | Способствовать | Уметь: | | |
| 8 | упражнен | ой | развитию | выполнят | | |
| | ия. | | физических | Ь | | |
| | Медленны | | качеств в игре и в | комплекс | | |
| | й бег. О.Р.У. | | эстафете. | ОРУ; Знать: | | |
| | Эстафета. | | | правила | | |
| | Подвижна | | | игры | | |
| | я игра | | | 111 p21 | | |
| | «Метко в | | | | | |
| | цель». | | | | | |
| | | | 17 | 7 | | |
| | | | Подвижные игры с | / четверть элементами с | тпортивных игр | |
| 7 | Т.Б. на | Игров | Повторить | Знать: | | |
| 9 | уроке по | ой | технику | технику | Формирование | Познавательные: |
| | подвижны | | безопасности на | безопасно | | Осмысление, объяснение |
| | м играм. | | уроках по | сти на | навыка | своего двигательного |
| | Строевые | | подвижным | уроках по | | опыта. |
| | упражнен | | играм. | подвижны | систематическо | Осознание важности |
| | ия. | | Совершенствован | M | го наблюдения | освоения универсальных |
| | Медленны | | ие техники | играм Ум | то наолюдения | умений связанных с |
| | й бег. | | передачи и ловли | еть: | за своим | выполнением |
| | О.Р.У. Ловля | | мяча. Способствовать | выполнят | Sa Chornyi | упражнений. |
| | ловля мяча | | | ь комплекс | физическим | 000000 |
| | мяча ОТСКОЧИВ | | развитию физических | ОРУ; вып | | Осмысление техники |
| | шего от | | качеств в | ОЛНЯТЬ | состоянием, | выполнения разучиваемых заданий и упражнений. |
| | пола. | | эстафете. | передачи | | задании и упражиснии. |
| | Передача | | | и ловли | величиной | Коммуникативные: |
| | и ловля | | | мяча. Зна | _ | Формирование способов |
| | мяча на | | | ть: | физических | позитивного |
| | месте в | | | правила | | взаимодействия со |
| | парах. | | | игры | нагрузок. | сверстниками в парах и |
| | Эстафета. | | | | | группах при разучивании |

Уметь:

Игров Совершенствован

Строевые

| 0 | Г | MIDAMION | ой | IAO TOVILIANIA TODUTA | DI III O II I I II | 1 | Упражнений. |
|---|---|----------------------|-------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| 0 | | упражнен ия. | ОИ | ие техники ловли мяча. | выполнят ь | | - |
| | | Медленны | | Способствовать | комплекс | _ | Умение объяснять ошибки |
| | | й бег. | | развитию | ОРУ; вып | Развитие | при выполнении |
| | | О.Р.У. | | физических | ОЛНЯТЬ | самостоятельно | упражнений. |
| | | Подбрасы вание и | | качеств в игре. | ловлю мяча. | Calviocioxicibilo | Умение управлять |
| | | ловля | | | мяча. Знать: | сти и личной | эмоциями при общении со |
| | | мяча | | | правила | | сверстниками и взрослыми, сохранять |
| | | двумя | | | игры | ответственност | хладнокровие, |
| | | руками. | | | | и за свои | сдержанность, |
| | | Удары мяча о пол | | | | in su ebon | рассудительность. |
| | | и ловля | | | | поступки на | Умение с достаточной |
| | | его одной | | | | | полнотой и точностью |
| | | _рукой. | | | | основе | выражать свои мысли в |
| | | Подвижна | | | | представлений | соответствии с |
| | | я игра «Попади в | | | | | задачами урока, владение специальной |
| | | «Попади в мяч». | | | | о нравственных | специальнои терминологией. |
| 8 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | HODMAN | - |
| 1 | | упражнен | ой | ие техники ловли | выполнят | нормах. | Регулятивные: Умение организовать |
| | | ия. Медленны | | мяча. Способствовать | ь комплекс | | самостоятельную |
| | | й бег. | | развитию | ОРУ; | | деятельность с учетом |
| | | О.Р.У. | | физических | выполнят | | требований ее |
| | | Ловля | | качеств в | ь ловлю | Развитие | безопасности, |
| | | мяча | | эстафете. | мяча. Знать: | | сохранности инвентаря и оборудования, |
| | | отскочив шего от | | | лравила | этических | организации мест занятий. |
| | | пола. | | | игры | чувств, | Vyrovyvo vynovymonyvo onomy |
| | | Удары | | | _ | | Умение характеризовать, выполнять задание в |
| | | мяча о пол | | | | доброжелатель | соответствии с целью и |
| | | и ловля его одной | | | | ности и | анализировать технику |
| | | рукой. | | | | ности и | выполнения упражнений, |
| | | Эстафета. | | | | эмоционально- | давать объективную оценку технике |
| 8 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | | выполнения упражнений |
| 2 | | упражнен | ой | ие техники | выполнят | нравственной | на основе освоенных |
| | | ия. Медленны | | передачи и ловли мяча. | ь комплекс | отзывчивости, | знаний и имеющегося |
| | | й бег. | | Способствовать | ОРУ; вып | 13222 11200111, | опыта. |
| | | О.Р.У. | | развитию | олнять | понимания и | Умение технически |
| | | Подбрасы | | физических | передачи | | правильно выполнять |
| | | вание и ловля | | качеств в игре. | и ловли мяча. Зна | сопереживания | двигательные действия из |
| | | ловля мяча | | | мяча. эна Ть: | чувствам | базовых видов спорта, использовать их в игровой |
| | | двумя | | | правила |] | и соревновательной |
| | | руками. | | | игры | других людей. | деятельности. |
| | | Передача | | | | | Умение планировать |
| | | и ловля мяча на | | | | | собственную |
| | | месте в | | | | | деятельность, |
| | | парах. | | | | Формирование | распределять нагрузку и |
| | | Подвижна | | | | Торинровшие | отдых в процессе ее |
| | | я игра | | | | эстетических | выполнения. |
| | | «Попади в мяч». | | | | | Умение видеть красоту |
| 8 | | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | потребностей, | движений, выделять и |
| | | | | | <u> </u> | l | |

| | 1 | | | Υ | · · · · · · | |
|--------|------------------------------------|-------------|--|------------------------------|----------------------|---|
| 3 | упражнен ия. Медленны | ой | ие техники ловли мяча. Способствовать | ВЫПОЛНЯТ Ь КОМПЛЕКС | ценностей и | обосновывать эстетические признаки в |
| | й бег. О.Р.У. | | развитию физических | комплекс ОРУ; выполнят | чувств. | движениях и передвижениях человека. |
| | Ловля мяча | | качеств в эстафете. | ь ловлю мяча. | | |
| | отскочив шего от | | | Знать: правила | Формирование | |
| | пола. Удары мяча о пол | | | игры | и проявление | |
| | мяча о пол и ловля его одной | | | | положительных | |
| | рукой. Эстафета. | | | | качеств личности, | |
| 8 4 | Строевые упражнен | Игров ой | Совершенствован ие техники | Уметь: выполнят | дисциплиниров | |
| | ия. Медленны | | передачи и ловли мяча. | ь комплекс | анности, | |
| | й бег. О.Р.У. Подбрасы | | Способствовать развитию физических | ОРУ; вып олнять передачи | трудолюбия и | |
| | вание и ловля | | качеств в игре. | и ловли мяча. Зна | упорства в | |
| | мяча двумя | | | ть: правила | достижении | |
| | руками. Ловля и | | | игры | поставленной | |
| | передача мяча в | | | | цели. | |
| | движении. Подвижна я игра | | | | | |
| | «Передача мячей в | | | | | |
| | колоннах» | | | | | |
| 8 5 | Строевые упражнен | Игров ой | Совершенствован ие техники | Уметь: выполнят | | |
| | ия. Медленны | | передачи и ловли мяча. | ь комплекс | | |
| | й бег. О.Р.У. | | Совершенствован ие техники | ОРУ; вып олнять | | |
| | Передача | | бросков мяча в | передачи | | |
| | и ловля мяча на | | корзину. Способствовать | и ловли мяча; вып | | |
| | месте в | | развитию | ОЛНЯТЬ | | |
| | парах. | | физических | броски м | | |
| | Забрасыва | | качеств в | яча в | | |
| | ние мяча в | | эстафете. | корзину. Знать: | | |
| | корзину. Эстафета. | | | лравила | | |
| | | | | игры | | |
| 8 | Строевые | Игров | Совершенствован | Уметь: | | |
| 6 | упражнен | ой | ие техники | выполнят | | |
| | ИЯ. | | передачи и ловли | Ь | | |
| | Медленны й бег. | | мяча. Совершенствован | комплекс ОРУ; вып | | |
| | 11 001. | · | 2020pmenerboban | _ C. V , DDIII | ! | |

| 8 7 | О.Р.У. Ловля и передача мяча в движении. Забрасыва ние мяча в корзину. Подвижна я игра «Метко в цель». Строевые упражнен ия. Медленны й бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижна я игра | Игров ой | ие техники бросков мяча в корзину. Способствовать развитию физических качеств в игре. Способствовать развитию физических качеств в игре и в эстафете. | олнять передачи и ловли мяча; вып олнять броски м яча в корзину. Знать: правила игры Уметь: выполнят ь комплекс ОРУ; Зна ть: правила игры | | |
|-----|---|--------------|---|---|----------------|-------------------------|
| | «Мяч на | | | | | |
| | полу». | | Легкая атлетика | N KDOCCOB3d | полготориз | |
| 8 | Т.Б. на | Комб | Повторение | Знать: | подготовка | |
| 8 | уроках по | ини- | техники | правила | | Познавательные: |
| | легкой | рован | безопасности на | поведения | | Осмысление, объяснение |
| | атлетике. | ный | уроках по легкой | на уроке | | своего двигательного |
| | Строевые упражнен | | атлетике. Совершенствован | по легкой атлетике. | | |
| | ия. | | ие техники бега | Уметь: | Формирование | опыта. |
| | Медленны | | на 30 метров с | выполнят | | Осознание важности |
| | й | | высокого старта. | Ь | навыка | |
| | бег. О.Р.У . Высокий | | Способствовать развитию | комплекс ОРУ; бег | | освоения универсальных |
| | старт. Бег | | физических | ать 30 | систематическо | умений связанных с |
| | 30 м. | | качеств в игре. | метров. | го наблюдения | выполнением |
| | Подвижна | | | Знать: | | упражнений. |
| | я игра с элементам | | | правила | за своим | |
| | элементам и легкой | | | игры | физическим | Осмысление техники |
| | атлетики. | | | | физический | выполнения разучиваемых |
| 8 | Строевые | Комб | Учёт техники | Уметь: | состоянием, | заданий и упражнений. |
| 9 | упражнен | ини- | бега с высокого | выполнят | | 30 <u>1</u> |
| | ия. Медленны | рован ный | старта на 30 метров. | ь комплекс | величиной | Коммуникативные: |
| | й | -12-111 | .летров. | ОРУ; | физических | Формирование способов |
| | бег. О.Р.У | | | бегать с | • | |
| | . Высокий | | | высокого | нагрузок. | позитивного |
| | старт. Бег 30 м. | | | старта 30 метров. | | взаимодействия со |
| 9 | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | | сверстниками в парах и |
| 0 | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | | группах при разучивании |
| | ия. | рован | совершенствован | Ь | Развитие | |
| | Медленны й | ный | ие техники прыжков в длину | комплекс ОРУ; | | Упражнений. |
| | бег. О.Р.У | | прыжков в длину с места. | огу, выполнят | самостоятельно | |
| | . Бег до 4 | | | Ь | | Умение объяснять ошибки |
| | мин. | | | прыжков | | |

| | Υ | T | | <u> </u> | 1 | 1 , | |
|--------|---|--------------------------|--------------|---------------------------------|----------------------|-----------------|---------------------------|
| | | Прыжок в | | | в длину с | сти и личной | при выполнении |
| | | длину с места. | | | места. | ответственност | упражнений. |
| 9 | | Строевые упражнен | Комб ини- | Совершенствован ие техники | Уметь: выполнят | и за свои | Умение управлять |
| | | ия. | рован | метание мяча на | Ь | поступки на | эмоциями при общении со |
| | | Медленны й | ный | дальность, развитие | комплекс ОРУ; вып | поступки на | сверстниками и |
| | | бег. О.Р.У | | выносливости. | ОЛНЯТЬ | основе | взрослыми, сохранять |
| | | . Метание мяча на | | | метание мяча на | представлений | хладнокровие, |
| | | дальность. | | | дальность. | O MADADOMANA IV | сдержанность, |
| | | Многоско ки с ноги | | | | о нравственных | рассудительность. |
| 9 | - | на ногу. | Комб | Развитие | Уметь: | нормах. | Умение с достаточной |
| 2 | | Строевые упражнен | ини- | выносливости, | у меть. Выполнят | | полнотой и точностью |
| | | ия. | рован | совершенствован | ь | | |
| | | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | выражать свои мысли в |
| | | й бег. О.Р.У | | метания мяча на дальность. | ОРУ; выполнят | Развитие | соответствии с |
| | | . Бег до 4 | | дальность. | ь метание | этических | задачами урока, владение |
| | | мин. | | | мяча на | Этических | специальной |
| | | Метание | | | дальность. | чувств, | · |
| | | мяча на | | | | | терминологией. |
| 9 | | дальность. Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | доброжелатель | Регулятивные: Умение |
| 3 | | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | ности и | организовать |
| | | ИЯ. | рован | совершенствован | Ь | | - |
| | | Медленны й | ный | ие техники прыжков в длину | комплекс ОРУ; вып | эмоционально- | самостоятельную |
| | | бег. О.Р.У | | с разбега. | ОЛНЯТЬ | нравственной | деятельность с учетом |
| | | | | 1 | прыжков | праветвенной | требований ее |
| | | Многоско | | | в длину с | отзывчивости, | безопасности, |
| | | ки с ноги на ногу. | | | разбега. | понимания и | сохранности инвентаря и |
| | | Прыжок в | | | | | оборудования, |
| | | длину с разбега. | | | | сопереживания | организации мест занятий. |
| 9 | | Строевые | Комб | Развитие | Уметь: | чувствам | oprumsuqim meer suibirim. |
| 4 | | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | Ty De I Baiwi | Умение характеризовать, |
| | | ия. Медленны | рован ный | совершенствован ие техники бега | ь комплекс | других людей. | выполнять задание в |
| | | й | 112111 | на 30 метров. | ОРУ; бег | | соответствии с целью и |
| | | бег. О.Р.У . Бег до 4 | | | ать 30 метров. | | анализировать технику |
| | | мин. Бег | | | | Формирование | выполнения упражнений, |
| | | 30 м. | Varren | V | V | · | давать объективную |
| 9 5 | | Строевые упражнен | Контр оль | Учет техники прыжков в длину | Уметь: выполнят | эстетических | оценку технике |
| | | ия. | | с места, | Ь | потребностей, | выполнения упражнений |
| | | Медленны й | | совершенствован ие техники | комплекс ОРУ; | ценностей и | на основе освоенных |
| | | бег. О.Р.У | | метания мяча на | выполнят | ценностеи и | знаний и имеющегося |
| | | . Прыжок | | дальность. | Ь | чувств. | · |
| | | в длину с места. Ме | | | прыжков в длину с | | опыта. |
| | | тание | | | места; | | Умение технически |
| | | мяча на | | | выполнят | | |

| | #0 #¥ * | | | I Momo | | |
|--|---------------------|--------|-------------------------------|----------------------|---------------------|-----------------------------|
| | дальность. | | | ь метание | | правильно выполнять |
| | | | | мяча на | | двигательные действия из |
| 9 | Строевые | Комб | Развитие | дальность. Уметь: | Формирование | базовых видов спорта, |
| $\begin{bmatrix} 5 \\ 6 \end{bmatrix}$ | упражнен | ини- | выносливости, | выполнят | | |
| $ $ | ия. | рован | совершенствован | ь | и проявление | использовать их в игровой |
| | Медленны | ный | ие техники | комплекс | | и соревновательной |
| | й | | прыжков в длину | ОРУ; вып | положительных | - |
| | бег. О.Р.У | | с разбега. | олнять | | деятельности. |
| | | | | прыжков | качеств | V |
| | Многоско | | | в длину с | пиности | Умение планировать |
| | ки с ноги | | | разбега. | личности, | собственную |
| | на ногу. | | | | дисциплиниров | деятельность, |
| | Прыжок в | | | | Anedimininpop | |
| | длину с разбега. | | | | анности, | распределять нагрузку и |
| 9 | Строевые | Контр | Развитие | Уметь: | | отдых в процессе ее |
| 7 | упражнен | ОЛЬ | скоростно- | выполнят | трудолюбия и | DI ITO TUOLUIG |
| ' | ия. | ОЛБ | силовых качеств, | Ь | | выполнения. |
| | Медленны | | учет бега на | комплекс | упорства в | Varousso present espacement |
| | й | | выносливость. | ОРУ; | | Умение видеть красоту |
| | бег. О.Р.У | | | выполнят | достижении | движений, выделять и |
| | . Наклон | | | ь силовые | <u>_</u> | обосновывать |
| | вперед из | | | упражнен | поставленной | |
| | положени | | | ия. | 110711 | эстетические признаки в |
| | я сед на | | | | цели. | движениях и |
| | полу; | | | | | |
| | сгибание | | | | | передвижениях человека. |
| | И | | | | | |
| | разгибани | | | | | |
| | е рук в упоре | | | | | |
| | лежа. Бег | | | | | |
| | на 500 м. | | | | | |
| 9 | Строевые | Контр | Развитие | Уметь: | 1 | |
| 8 | упражнен | ОЛЬ | выносливости, | выполнят | | |
| | ия. | | учет техники | ь | | |
| | Медленны | | прыжков в длину | комплекс | | |
| | й | | с разбега. | ОРУ; вып | | |
| | бег. О.Р.У | | | олнять | | |
| | . Бег до 4 | | | прыжков | | |
| | мин. | | | в длину с | | |
| | Прыжок в | | | разбега. | | |
| | длину с | | | | | |
| | разбега. | Korren | Cononyyour | Vacorra | 1 | |
| 9 9 | Строевые | Контр | Совершенствован | Уметь: | | |
| | упражнен ия. | ОЛЬ | ие техники прыжков в длину | выполнят ь | | |
| | ия. Медленны | | с места, учет | комплекс | | |
| | й | | техники метания | ОРУ; | | |
| | бег. О.Р.У | | мяча на | выполнят | | |
| | . Прыжок | | дальность. | ь | | |
| | в длину с | | | прыжков | | |
| | места. Ме | | | в длину с | | |
| | тание | | | места; | | |
| | мяча на | | | выполнят | | |
| | дальность. | | | ь метание | | |
| | | | | мяча на | | |
| | | | | дальность. | <u> </u> | |

| 1 0 0 | Строевые упражнен ия. Медленны й бег. О.Р.У . Бег 30 м. Многоско ки с ноги на ногу. | Контр оль | Учет техники бега на 30 метров, развитие выносливости. | Уметь: выполнят ь комплекс ОРУ; бегать 30 метров. |
|-------|--|------------------------------|---|---|
| 1 0 1 | Строевые упражнен ия. Медленны й бег. О.Р.У . Наклон вперед из положени я сед на полу; сгибание и разгибани е рук в упоре лежа. Подвижна я игра с элементам и легкой атлетики. | Комб ини- рован ный | Развитие скоростно- силовых качеств, способствовать развитию физических качеств в игре. | Уметь: выполнят ь комплекс ОРУ; выполнят ь силовые упражнен ия. |
| 1 0 2 | Строевые упражнен ия. Медленны й бег. О.Р.У . Бег 1500 м. | Контр оль | Учет бега на выносливость. | Уметь: выполнят ь комплекс ОРУ; выполнят ь бег на средние средние дистанции |

Календарно-тематическое планирование по физической культуре 3 класс

| N₂ | Да | Тема, | Тип урока | Цели и | | Планируемые ре | зультаты | | |
|----|--|-----------|-----------|--------------|-----------|----------------|-----------------|--|--|
| П | та | содержани | | задачи урока | Предметны | Личностные | Метапредметные | | |
| П | | е урока | | | e | | | | |
| | I четверть | | | | | | | | |
| | Легкая атлетика и кроссовая подготовка | | | | | | | | |
| 1 | | Т.Б. на | Вводный | Ознакомить с | Знать: | _ | | | |
| | | уроках по | | техникой | Правила | Формирование | Познавательные: | | |
| | | легкой | | безопасности | поведения | | | | |

| | | | | | · | , |
|---|--------------------|---------------|---------------------------|-------------------------|---------------------|------------------------|
| | атлетик | | на уроках по | на уроке по | навыка | Осмысление, |
| | Строевн | | легкой | легкой | | объяснение своего |
| | упражн | ен | атлетике. | атлетике. Уметь: | систематическо | оовяснение своего |
| | ия. Медлені | l | Совершенств ование | у меть. Выполнять | | двигательного опыта. |
| | й бег. | | техники бега | комплекс | го наблюдения | |
| | О.Р.У | | на 30 метров | ОРУ; бегать | То наожодения | Осознание важности |
| | Высоки | ий | с высокого | с высокого | за своим | освоения |
| | старт. Б | ег | старта. | старта 30 | Su CBOPIN | универсальных |
| | 30 м. | | Развитие | метров. | , | умений связанных с |
| | Подним | ан | скоростно- | Выполнять | физическим | |
| | ие и | | СИЛОВЫХ | скоростно- | | выполнением |
| | опускан туловиц | | качеств. | силовые упражнения | состоянием, | упражнений. |
| | за 30 | ца | | упражисии | | |
| | секунд | į . | | | величиной | Осмысление техники |
| 2 | Строеві | ые Контроль | Учет техники | Уметь: | | выполнения |
| | упражн | ен | бега на 30 | выполнять | физических | разучиваемых заданий |
| | ия. | | метров. | комплекс | ¥ | |
| | Медлен | | Совершенств | ОРУ; бегат | | и упражнений. |
| | й бег. О.Р.У. Б | | ование | ь с | нагрузок. | Vormannament |
| | 30 м. | er. | техники прыжков в | высокого старта 30 | | Коммуникативные: |
| | Прыжон | C B | длину с | метров; | | Формирование |
| | длину | | места. | выполнять | | способов позитивного |
| | места | | | прыжков в | | взаимодействия со |
| | | | | длину с места. | Развитие | сверстниками в парах |
| 3 | Строевн | ые Комбиниров | Обучение | Уметь: | 1 | и группах при |
| | упражн | ен анный | технике бега | выполнять | самостоятельно | разучивании |
| | ия. | | на 60 метров. | комплекс | | pusy mbumm |
| | Медлен | | Совершенств | ОРУ; бегать | сти и личной | Упражнений. |
| | й бег. О.Р.У. Б | | ование | с высокого | | vpa |
| | 60 м. | er | техники метения | старта 60 | ответственност | Умение объяснять |
| | Метани | | метения мяча. | метров; выполнять | o i zere i zeimioer | ошибки при |
| | мяча. | | 1401 10. | метание | 11 22 CDO11 | ошиоки при |
| | | | | мяча на | и за свои | выполнении |
| | | | | дальность. | | упражнений. |
| 4 | Строеві | ые Комбиниров | Совершенств | Уметь: | поступки на | |
| | упражн | ен анный | ование | выполнять | | Умение управлять |
| | ия. | | техники бега | комплекс | основе | эмоциями при |
| | Медлені й бег. | | 60 метров. Совершенств | ОРУ; бегать | | общении со |
| | О.Р.У. Б | | ование | с высокого старта 60 | представлений | • |
| | 60 м. | | техники | метров; | _ | сверстниками и |
| | Прыжон | X В | прыжков в | выполнять | о нравственных | взрослыми, сохранять |
| | длину | | длину с | прыжков в | | хладнокровие, |
| | места | | места. | длину с | HODAGE | · · · · · · |
| | _ | | | места. | нормах. | сдержанность, |
| 5 | Строевн | | Совершенств | Уметь: | | рассудительность. |
| | упражн ия. | ен анный | ование | выполнять | | VMOITHO C TOCTOTO VICE |
| | ия. Медлені | 4F1 | техники метания | комплекс ОРУ; | | Умение с достаточной |
| | й бег. | | мяча. | выполнять | | полнотой и точностью |
| | О.Р.У | | Развитие | метание | Развитие | выражать свои мысли |
| | Метани | | скоростно- | мяча на | | в соответствии с |
| | мяча. | | силовых | дальность. | | |
| | Подним | ан | качеств. | Выполнять | | задачами урока, |

| $\overline{}$ | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | | | · | |
|---------------|---------------------------------------|---------------------|------------------------|-------------------------|---------------|---|
| | ие и опускание | | | скоростно- силовые | этических | владение специальной |
| | туловища | | | упражнения | | терминологией. |
| | за 30 | | | | чувств, | |
| | секунд. | | | | | Регулятивные: |
| 6 | Строевые упражнен | Комбиниров анный | Развитие скоростно- | Уметь: выполнять | доброжелатель | Умение организовать |
| | упражнен ия. | анный | скоростно- | комплекс | | самостоятельную |
| | Медленны | | качеств. | ОРУ; | ности и | деятельность с учетом |
| | й бег. | | Развитие | Выполнять | | требований ее |
| | О.Р.У. Наклон | | выносливост и. | скоростно- силовые | эмоционально- | безопасности, |
| | вперед из | | и. | упражнения | <u>_</u> | • |
| | положени | | | . Бегать на | нравственной | сохранности |
| | я сед на | | | средние | | инвентаря и |
| | полу; сгибание и | | | дистанции. | отзывчивости, | оборудования, |
| | разгибани | | | | | организации мест |
| | е рук в | | | | понимания и | занятий. |
| | упоре | | | | | |
| | лежа. Бег на 500 м. | | | | сопереживания | Умение |
| 7 | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | | характеризовать, |
| | упражнен | | прыжков в | выполнять | чувствам | выполнять задание в |
| | ия. | | длину с | комплекс | | соответствии с целью |
| | Медленны й бег. | | места. | ОРУ; | других людей. | и анализировать |
| | О.Р.У. | | Совершенств ование | выполнять прыжков в | | - |
| | Прыжок в | | техники | длину с | | технику выполнения |
| | длину с | | метания | места; | | упражнений, давать |
| | места. Ме | | мяча. | выполнять метание | | объективную оценку |
| | а. | | | мяча на | Формирование | технике выполнения |
| | | | | дальность. | | упражнений на основе |
| 8 | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | эстетических | освоенных знаний и |
| | упражнен | анный | ование | выполнять | | имеющегося опыта. |
| | ия. Медленны | | техники прыжков в | комплекс ОРУ; | потребностей, | ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, |
| | й бег. | | длину с | выполнять | J | Умение технически |
| | О.Р.У. | | разбега. | прыжок в | ценностей и | правильно выполнять |
| | Прыжок в длину с | | Развитие скоростно- | длину с разбега. | | двигательные |
| | разбега. | | скоростно- | разоега. Выполнять | чувств. | действия из базовых |
| | Подниман | | качеств. | скоростно- | | |
| | ие и | | | силовые | | видов спорта, |
| | опускание туловища | | | упражнения | | использовать их в |
| | за 30 | | | | | игровой и |
| | секунд. | | | | Формирование | соревновательной |
| 9 | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | | деятельности. |
| | упражнен ия. | | метания мяча. | выполнять комплекс | и проявление | ** |
| | Медленны | | мяча. Развитие | ОРУ; | | Умение планировать |
| | й бег. | | скоростно- | выполнять | положительных | собственную |
| | О.Р.У. | | СИЛОВЫХ | метание | | деятельность, |
| | Метание мяча. | | качеств. | мяча на лальность: | качеств | распределять нагрузку |
| | Наклон | | | дальность; Выполнять | | и отдых в процессе ее |
| | вперед из | | | скоростно- | | - // |

| | Ι | положени | | | силовые | личности, | |
|--|----------|----------------------|---------------------|----------------------------|----------------------|----------------|----------------------|
| | | я сед на | | | упражнения | JIII-IIIOCIII, | выполнения. |
| | | полу; | | | | | 17 |
| | | сгибание и | | | | дисциплиниров | Умение видеть |
| | | разгибани | | | | | красоту движений, |
| | | е рук в | | | | анности, | выделять и |
| | | упоре | | | | | обосновывать |
| 1 | - | лежа. | Varefranco | Cononyyoyaan | Уметь: | трудолюбия и | |
| $\begin{bmatrix} 1 \\ 0 \end{bmatrix}$ | | Строевые | Комбиниров анный | Совершенств ование | у меть: выполнять | | эстетические |
| " | | упражнен ия. | аппыи | техники | комплекс | упорства в | признаки в движениях |
| | | Медленны | | прыжков в | ОРУ; | Jiiopeizuz | и передвижениях |
| | | й бег. | | длину с | выполнять | | _ |
| | | О.Р.У. | | разбега. | прыжок в | достижении | человека. |
| | | Прыжок в | | Развитие | длину с | | |
| | | длину с | | выносливост | разбега. | поставленной | |
| | | разбега. | | И. | Бегать на | | |
| | | Бег на 500 | | | средние | цели. | |
| 1 | | М, | Varefranco | Daanyeeva | дистанции. | | |
| 1 1 | | Строевые упражнен | Комбиниров анный | Развитие | Уметь: выполнять | | |
| 1 | | упражнен ия. | аппыи | скоростно- силовых | комплекс | | |
| | | Медленны | | качеств. | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | | Выполнять | | |
| | | О.Р.У. | | | скоростно- | | |
| | | Подниман | | | силовые | | |
| | | ие и | | | упражнения | | |
| | | опускание | | | | | |
| | | туловища | | | | | |
| | | за 30 секунд. | | | | | |
| | | Наклон | | | | | |
| | | вперед из | | | | | |
| | | положени | | | | | |
| | | я сед на | | | | | |
| | | полу; | | | | | |
| | | сгибание и | | | | | |
| | | разгибани | | | | | |
| | | е рук в упоре | | | | | |
| | | лежа. | | | | | |
| 1 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 2 | | упражнен | анный | ование | выполнять | | |
| | | ия. | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | прыжков в | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | длину с | выполнять | | |
| | | О.Р.У. | | разбега. | прыжок в | | |
| | | Прыжок в | | Способствов | длину с | | |
| | | длину с разбега. | | ать развитию физических | разбега. Знать | | |
| | | разоега. Подвижны | | качеств в | правила | | |
| | | е игры с | | игре. | игры. | | |
| | | элементам | | | | | |
| | | и легкой | | | | | |
| | <u> </u> | атлетики. | | | | | |
| 1 | | Строевые | Комбиниров | Развитие | Уметь: | | |
| 3 | | упражнен | анный | выносливост | выполнять | | |
| | | ия. | | И. | комплекс | | |
| | | Медленны | | Способствов | ОРУ; Бегать | | |

| | , | | | | · | |
|-----|---------------------------------------|----------|---------------------------------------|--|--|--|
| | й бег. | | ать развитию | на средние | | |
| | О.Р.У. Бег | | физических | дистанции; | | |
| | на 500 м. | | качеств в | выполнять | | |
| | Подвижны | | игре. | прыжок в | | |
| | е игры с | | | длину с | | |
| | элементам и легкой | | | разбега. | | |
| | атлетики. | | | | | |
| 1 | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | | |
| 4 | упражнен | Коптроль | прыжков в | выполнять | | |
| ' | ия. | | длину с | комплекс | | |
| | Медленны | | разбега. | ОРУ; | | |
| | й бег. | | Способствов | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | ать развитию | прыжок в | | |
| | Прыжок в | | физических | длину с | | |
| | длину с | | качеств в | разбега. | | |
| | разбега. | | игре. | Знать | | |
| | Подвижны | | | правила | | |
| | е игры с | | | игры. | | |
| | элементам | | | | | |
| | и легкой | | | | | |
| 1 | атлетики. | Контроль | Учет бега на | Уметь: | } | |
| 5 | Строевые | Контроль | учет оега на выносливост | у меть: выполнять | | |
| ' | упражнен ия. | | ь. | комплекс | | |
| | Медленны | | ь, | ОРУ; Бегать | | |
| | й бег. | | | на средние | | |
| | О.Р.У. Бег | | | дистанции. | | |
| | на 1500 м. | | | ,, | | |
| | | Подві | ижные игры с эл | ементами спор | тивных игр | |
| 1 | Т.Б. на | Вводный | Ознакомить с | Знать: | | Познавательные: |
| 6 | уроке по | | техникой | Правила | Формирование | Осмысление, |
| | подвижны | | безопасности | поведения | | |
| | м играм. | | на уроках по | на уроке по | навыка | объяснение своего |
| | Строевые | | подвижным | подвижным | | двигательного опыта. |
| | упражнен | | играм. | играм. | систематическо | Осознание важности |
| | ИЯ. | | Совершенств | Уметь: | CHCTCMUTH-ICCRO | освоения |
| | Медленны й бег. | | ование | выполнять | _ | универсальных |
| | O.P.Y. | | техники | комплекс ОРУ; | го наблюдения | |
| | Ведение | | ведения мяча. | огу, выполнять | | умений связанных с |
| | мяча на | | Совершенств | ведение | за своим | выполнением |
| | месте и в | | ование | мяча; | | упражнений. |
| | движении. | | техники | выполнять | физическим | Осмысление техники |
| | Ловля и | | передачи и | передачи и | The state of the s | выполнения |
| | передача | | ловли мяча. | ловли мяча. | | разучиваемых заданий |
| | мяча на | | Способствов | Знать | состоянием, | |
| | месте и в | | ать развитию | правила | | и упражнений. |
| | движении. | | физических | игры. | величиной | Коммуникативные: |
| | Эстафеты. | | качеств в | | | Формирование |
| 1 | | | эстафете. | | физических | способов позитивного |
| | | | | | Ψ11311 ICCINIA | взаимодействия со |
| 1 | C | TA | Canada | T 7 | | B3dMMU/IEML IBM9 LU |
| 1 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 1 7 | упражнен | Игровой | ование | выполнять | нагрузок. | сверстниками в парах |
| | упражнен ия. | Игровой | ование техники | выполнять комплекс | нагрузок. | сверстниками в парах и группах при |
| | упражнен ия. Медленны | Игровой | ование техники ведения | выполнять комплекс ОРУ; выпо | | сверстниками в парах |
| | упражнен ия. Медленны й бег. | Игровой | ование техники ведения мяча. | выполнять комплекс ОРУ; выпо лнять веден | нагрузок. Развитие | сверстниками в парах и группах при |
| | упражнен ия. Медленны | Игровой | ование техники ведения | выполнять комплекс ОРУ; выпо | | сверстниками в парах и группах при разучивании |

| | | | ф.r | HD25 | GD14067707772 | |
|---|------------------------|---------|---------------------------|---------------------|----------------|-----------------------|
| | мяча на месте и в | | физических качеств в | правила игры. | самостоятельно | ошибки при |
| | движении. | | игре. | и ры. | | выполнении |
| | Ведение | | 1 | | сти и личной | упражнений. |
| | мяча с | | | | | Умение управлять |
| | изменение | | | | ответственност | эмоциями при |
| | м направлен | | | | | общении со |
| | ия. | | | | и за свои | сверстниками и |
| | Подвижна | | | | | взрослыми, сохранять |
| | я игра | | | | поступки на | хладнокровие, |
| | «Передача мячей в | | | | | сдержанность, |
| | колоннах» | | | | основе | рассудительность. |
| | | | | | | Умение с достаточной |
| 1 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | представлений | полнотой и точностью |
| 8 | упражнен | | ование | выполнять | | выражать свои мысли |
| | ия. Медленны | | техники | комплекс | о нравственных | в соответствии с |
| | й бег. | | ведения мяча. | ОРУ; выполнять | | |
| | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | нормах. | задачами урока, |
| | Ведение | | ование | мяча; Знать | | владение специальной |
| | мяча с | | техники | правила | | терминологией. |
| | изменение м | | передачи и ловли мяча. | игры. | Развитие | Регулятивные: |
| | направлен | | Способствов | | | Умение организовать |
| | ия. Ловля | | ать развитию | | этических | самостоятельную |
| | и передача | | физических | | | деятельность с учетом |
| | мяча на | | качеств в | | чувств, | требований ее |
| | месте и в движении. | | эстафете. | | | безопасности, |
| | Эстафеты. | | | | доброжелатель | сохранности |
| 1 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | инвентаря и |
| 9 | упражнен | | ование | выполнять | ности и | оборудования, |
| | ИЯ. | | техники | комплекс ОРУ; | | организации мест |
| | Медленны й бег. | | ведения мяча. | огу, выполнять | эмоционально- | занятий. |
| | O.P.Y. | | Совершенств | ведение | | Умение |
| | Ведение | | ование | мяча; | нравственной | характеризовать, |
| | мяча на | | техники | выполнять | | выполнять задание в |
| | месте и в движении. | | передачи и ловли мяча. | передачи и ловли | отзывчивости, | соответствии с целью |
| | Ловля и | | Способствов | мяча. Знать | | и анализировать |
| | передача | | ать развитию | правила | понимания и | технику выполнения |
| | мяча на | | физических | игры. | | упражнений, давать |
| | месте и в | | качеств в | | сопереживания | объективную оценку |
| | движении. Подвижна | | игре. | | | технике выполнения |
| | я игра | | | | чувствам | упражнений на основе |
| | «Передача | | | | | освоенных знаний и |
| | мячей в | | | | других людей. | имеющегося опыта. |
| | колоннах» | | | | -, 11- | Умение технически |
| 2 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | правильно выполнять |
| 0 | упражнен | F 011 | ование | выполнять | Формирование | - |
| | ия. | | техники | комплекс | | двигательные |
| | Медленны й бег. | | ведения | ОРУ; | эстетических | действия из базовых |
| | | | мяча. | выполнять | Ī | видов спорта, |
| | о.р.у. | | Обучение | ведение | | использовать их в |

| | | | | 1 | 1 | | |
|----------|---|--------------------|----------|----------------------------|------------------|--------------------|-----------------------|
| | | Ведение | | технике | мяча; | потребностей, | игровой и |
| | | мяча с | | бросков мяча | Научиться: | | соревновательной |
| | | изменение | | в кольцо | технике | ценностей и | деятельности. |
| | | M | | двумя | бросков | , | |
| | | направлен | | руками | мяча в | | Умение планировать |
| | | ия. Броски | | снизу. Способствов | кольцо | чувств. | собственную |
| | | в кольцо | | | двумя | | деятельность, |
| | | двумя руками | | ать развитию физических | руками снизу. | | распределять нагрузку |
| | | руками СНИЗУ. | | качеств в | Знать | Формирование | |
| | | Эстафеты. | | эстафете. | правила | | и отдых в процессе ее |
| | | Ветифеты. | | Scrupere. | игры. | и проявление | выполнения. |
| 2 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | 1 | Умение видеть |
| 1 | | упражнен | in poson | ование | выполнять | положительных | красоту движений, |
| | | ия. | | техники | комплекс | Положительных | выделять и |
| | | Медленны | | бросков мяча | ОРУ; выпо | | |
| | | й бег. | | кольцо двумя | лнятьброск | качеств | обосновывать |
| | | О.Р.У. | | руками | ов мяча в | | эстетические |
| | | Броски в | | снизу. | кольцо | личности, | признаки в движениях |
| | | кольцо | | Обучение | двумя | , | и передвижениях |
| | | двумя | | технике | руками | | 1 |
| | | руками | | бросков мяча | снизу. | дисциплиниров | человека. |
| | | снизу. | | одной рукой | Научиться: | | |
| | | Броски в | | от мяча. | техники | анности, | |
| | | кольцо | | Способствов | бросков | | |
| | | одной | | ать развитию | мяча одной | трудолюбия и | |
| | | рукой от | | физических | рукой. | трудолюбия и | |
| | | _ плеча. | | качеств в | Знать | | |
| | | Подвижна | | игре. | правила | упорства в | |
| | | я игра | | | игры. | | |
| | | «Охотник | | | | достижении | |
| <u> </u> | | и и утки». | T.T | | 37 | | |
| 2 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | U | |
| 2 | | упражнен | | ование | выполнять | поставленной | |
| | | ия. | | техники | комплекс ОРУ; | | |
| | | Медленны й бег. | | бросков мяча | выполнятьб | цели. | |
| | | О.Р.У. | | кольцо двумя руками | росков мяча | | |
| | | Броски в | | снизу. | в кольцо | | |
| | | кольцо | | Совершенств | двумя | | |
| | | одной | | ование | руками | | |
| | | рукой от | | техники | снизу; | | |
| | | плеча. | | бросков мяча | выполнять | | |
| | | Ведение | | одной рукой. | Броски | | |
| | | на месте | | Способствов | мяча одной | | |
| | | правой и | | ать развитию | рукой. | | |
| | | левой | | физических | Знать | | |
| | | рукой в | | качеств в | правила | | |
| | | движении | | эстафете. | игры. | | |
| | | шагом и | | | | | |
| | | бегом. | | | | | |
| <u> </u> | | Эстафеты. | | | | | |
| 2 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 3 | | упражнен | | ование | выполнять | | |
| | | ия. | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | передачи и | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | ловли мяча. | выполнять | | |
| | | О.Р.У. | | Совершенств | передачи и | | |
| 1 | I | Ловля и | | ование | ЛОВЛИ | 1 | |

| | | передача | | техники | мяча. Знать | | |
|----------|----|------------|------------|-----------------|-------------|----------------|-----------------------------|
| | | мяча на | | ведения | правила | | |
| | | месте и в | | мяча. | игры. | | |
| | | движении. | | Способствов | | | |
| | | Ведение | | ать развитию | | | |
| | | на месте | | физических | | | |
| | | правой и | | качеств в | | | |
| | | левой | | игре. | | | |
| | | рукой в | | | | | |
| | | движении | | | | | |
| | | шагом и | | | | | |
| | | бегом. | | | | | |
| | | Подвижна | | | | | |
| | | я игра | | | | | |
| | | «Охотник | | | | | |
| | | и и утки». | | | | | |
| 2 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 4 | | упражнен | | ование | выполнять | | |
| | | ия. | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | бросков мяча | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | кольцо двумя | выполнятьб | | |
| | | О.Р.У. | | руками | росков мяча | | |
| | | Броски в | | снизу. | в кольцо | | |
| | | кольцо | | Совершенств | двумя | | |
| | | двумя | | ование | руками | | |
| | | руками | | техники | снизу; | | |
| | | снизу. | | бросков мяча | выполнятьб | | |
| | | Броски в | | одной рукой. | росков мяча | | |
| | | кольцо | | Способствов | в кольцо | | |
| | | одной | | ать развитию | одной | | |
| | | рукой от | | физических | рукой. Знат | | |
| | | плеча. | | качеств в | ь правила | | |
| | | Эстафеты. | | эстафете. | игры. | | |
| | | _ | | | етверть | | |
| | | - TIP | | имнастика с эле | | ратики Г | |
| 2 | | ТБ на | Вводный | Ознакомить с | Знать: | | Познавательные: |
| 5 | | уроке по | | техникой | Правила | | |
| | | гимнастик | | безопасности | поведения | _ | Осознание важности |
| | | e. | | на уроках по | на уроке по | Формирование | |
| | | Строевые | | гимнастике. | гимнастике. | | |
| | | упражнен | | Совершенств | Уметь: | | освоения |
| | | ия | | ование | выполнять | навыка | |
| | | Медленны | | техники | комплекс | | универсальных |
| | | й бег. | | выполнения | ОРУ; выпо | | 5 |
| | | О.Р.У. | | акробатическ | лнять | систематическо | U |
| | | Акробатич | | их | акробатичес | | умений связанных с |
| | | еские | | упражнений | кие | | |
| | | упражнен | | | упражнения | го наблюдения | выполнением |
| <u> </u> | +- | ия. | TZ | 05 | | | |
| 2 | | Строевые | Комбиниров | Обучение | Уметь: | no | 00000 |
| 6 | | упражнен | анный | технике | выполнять | за своим | организующих |
| | | ия | | лазания по | комплекс | | |
| | | Медленны | | канату. | ОРУ; | d | упражнений. |
| | | й бег. | | Выполнить: | Научиться: | физическим | |
| | | О.Р.У. | | Упражнения | технике | | Och # 10 #0 ***** # ******* |
| | | Лазанье | | в висе. | лазания по | 000m0 7*** | Осмысление техники |
| | | по канату. | | | канату; | состоянием, | |
| | | Упражнен | | | выполнять | | |
| 1 | | ия в висе | | | упражнения | | |

| | | Υ | 1 | 1 | ή | |
|--------|--------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|---|---------------|----------------------|
| | стоя и лежа. | | | в висе | величиной | выполнения |
| 2 7 | Строевые упражнен | Комбиниров анный | Совершенств ование | Уметь: выполнять | физических | разучиваемых |
| | ия Медленны й бег. | | техники лазания по наклонной | комплекс ОРУ; Выполнять | нагрузок. | акробатических |
| | О.Р.У. Лазанье по | | скамье. Развитие силы | лазание по наклонной скамье; | | комбинаций и |
| | наклонной скамье. | | СИЛЫ | выполнять Подтягиван | | упражнений. |
| | Подтягива ние в висе на | | | ие | Развитие | Осмысление правил |
| | переклади не (м); | | | | этических | безопасности (что |
| | Подтягива ние в висе лежа (д). | | | | чувств, | можно делать и что |
| 2 8 | Строевые упражнен | Комбиниров анный | Совершенств ование | Уметь: выполнять | доброжелатель | опасно делать) при |
| | ия Медленны й бег. | | техники выполнения акробатическ | комплекс ОРУ; выпо лнять | ности и | выполнении |
| | О.Р.У. Акробатич | | их упражнений. | акробатичес кие | | акробатических, |
| | еские упражнен ия. | | Выполнить: Упражнения в висе. | упражнения ; выполнить упражнения | эмоционально- | гимнастических |
| | Упражнен ия в висе | | D Direct | в висе. | нравственной | упражнений, |
| 2 | стоя и лежа. Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | отзывчивости, | комбинаций. |
| 9 | упражнен ия | анный | ование техники | выполнять комплекс | понимания и | Коммуникативные: |
| | Медленны й бег. О.Р.У. | | лазания по наклонной | ОРУ; выпо лнять | сопереживания | Формирование |
| | Лазанье по | | скамье. Развитие скоростно- | лазание по наклонной скамье; | concepcinion | способов позитивного |
| | наклонной скамье. | | силовых качеств. | прыгать через | чувствам | взаимодействия со |
| | Прыжки через скакалку. | | | скакалку. | других людей. | сверстниками в парах |
| 3 0 | Строевые упражнен | Комбиниров анный | Совершенств ование | Уметь: выполнять | | и группах при |
| | ия Медленны й бег. | | техники лазания по канату. | комплекс ОРУ; выполнять | Формирование | разучивании |
| | О.Р.У. Лазанье | | Выполнить: Упражнения | лазание по канату; | эстетических | Акробатических |
| | по канату. Упражнен ия в висе | | в висе. | Выполнить: Упражнени я в висе. | эстетических | упражнений. |
| | стоя и лежа. | | | | | |

| 3 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | потребностей, | Умение объяснять |
|----------|---|------------|-------------|--------------|-----------------------|-------------------|--|
| 1 | | упражнен | анный | ование | выполнять | | |
| | | ия | | техники | комплекс | | ошибки при |
| | | Медленны | | выполнения | ОРУ; | ценностей и | 0 <u></u> |
| | | й бег. | | акробатическ | выполнять | | |
| | | О.Р.У. | | ИХ | акробатичес | | выполнении |
| | | Акробатич | | упражнений. | кие | чувств. | |
| | | еские | | Развитие | упражнения | | |
| | | упражнен | | скоростно- | ; прыгать | | упражнений. |
| | | ия. | | СИЛОВЫХ | через | | |
| | | Прыжки | | качеств. | скакалку. | | Регулятивные: |
| | | через | | 110 100121 | Circuites in j | | 1 01 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 |
| | | скакалку. | | | | Формирование | |
| 3 | | | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | Т | Формирование умения |
| 2 | | Строевые | анный | _ | | | |
| 2 | | упражнен | анныи | ование | выполнять | 11 HD 0 GD H01110 | DI ITO HIGHT DO TOVILO D |
| | | ия | | техники | комплекс | и проявление | выполнять задание в |
| | | Медленны | | лазания по | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | наклонной | выполнять | | соответствии с |
| | | О.Р.У. | | скамье. | лазание по | положительных | 60012612121 |
| | | Лазанье | | Упражнения | наклонной | | |
| | | по | | в висе. | скамье; | | поставленной целью. |
| | | наклонной | | | Выполнить | качеств | |
| | | скамье. | | | упражнения | | |
| | | Упражнен | | | в висе. | | Способы организации |
| | | ия в висе | | | 2 Direct | личности, | |
| | | стоя и | | | | , | рабочего места. |
| | | лежа. | | | | | pado iero meera. |
| 3 | | | Vorterrynon | Cononyyoya | Vacour | дисциплиниров | |
| | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | дисциплиниров | Формирование умения |
| 3 | | упражнен | анный | ование | выполнять | | |
| | | ия | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | лазания по | ОРУ; | анности, | понимать причины |
| | | й бег. | | канату. | выполнять | | |
| | | О.Р.У. | | Развитие | лазание по | | успеха /неуспеха |
| | | Лазанье | | скоростно- | канату; | трудолюбия и | y chexu / ne y chexu |
| | | по канату. | | силовых | выполнять | | |
| | | Подниман | | качеств. | силовые | | учебной деятельности |
| | | ие и | | | упражнения | упорства в | |
| | | опускание | | | JF | | É |
| | | туловища | | | | | и способности |
| | | за 30 | | | | достижении | |
| | | | | | | Достинении | конструктивно |
| <u> </u> | _ | секунд. | Vore | Concesses | V | 1 | noncipy minibile |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | поставленной | |
| 4 | | упражнен | анный | ование | выполнять | Поставленной | действовать даже в |
| | | ия | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | выполнения | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | акробатическ | выполнять | цели. | ситуациях неуспеха. |
| | | О.Р.У. | | их | акробатичес | | |
| | | Акробатич | | упражнений. | кие | | Формирование умения |
| | | еские | | Выполнить: | упражнения | | - oppozamie jmenim |
| | | упражнен | | Упражнения | ; выполнять | | |
| | | ия. | | в равновесии | упражнения | | планировать, |
| | | Упражнен | | (на бревне). | на | | |
| | | ия на | | (openie). | равновесие. | | |
| | | равновеси | | | Publiobecric. | | контролировать и |
| | | _ | | | | | |
| | | е (на | | | | | оценивать учебные |
| <u> </u> | | бревне). | 17. 7 | <u> </u> | 37 | 1 | onembarb y reombie |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | I | |
| | | _ | _ | _ | | | |
| 5 | | упражнен | анный | ование | выполнять комплекс | | |

| | | Медленны | | лазания по | ОРУ; | действия в |
|----------|--|------------|------------|-----------------|----------------|----------------------|
| | | й бег. | | наклонной | выполнять | |
| | | О.Р.У. | | скамье. | лазание по | соответствии с |
| | | Лазанье | | Развитие | наклонной | 60012616121111 |
| | | по | | скоростно- | скамье; | |
| | | наклонной | | силовых | прыгать | поставленной задачей |
| | | скамье. | | качеств. | через | |
| | | Прыжки | | | скакалку. | и испориями од |
| | | через | | | | и условиями ее |
| | | скакалку. | | | | |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | реализации; |
| 6 | | упражнен | анный | ование | выполнять | |
| | | ия | | техники | комплекс | |
| | | Медленны | | лазания по | ОРУ; | определять наиболее |
| | | й бег. | | канату. | выполнять | |
| | | О.Р.У. | | Выполнить: | лазание по | эффективные способы |
| | | Лазанье | | Упражнения | канату; | '' |
| | | по канату. | | в равновесии | Выполнить | |
| | | Упражнен | | (на бревне). | упражнения | достижения |
| | | ия на | | (na opebne). | В | |
| | | равновеси | | | равновесии. | результата. |
| | | е (на | | | равновесии. | pesyllatur. |
| | | бревне). | | | | |
| <u> </u> | | | V | D · | V | Овладение |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Выполнить: | Уметь: | |
| 7 | | упражнен | анный | Упражнения | выполнять | пориносунми |
| | | ия | | на | комплекс | логическими |
| | | Медленны | | гимнастическ | ОРУ; выпо | |
| | | й бег. | | ой стенке. | лнять | действиями |
| | | О.Р.У. | | Развитие | упражнения | |
| | | Упражнен | | силы. | на | |
| | | ия на | | | гимнастиче | сравнения, анализа, |
| | | гимнастич | | | ской стенке; | |
| | | еской | | | выполнять | синтеза, обобщения, |
| | | стенке. | | | силовые | |
| | | Подтягива | | | упражнения | , |
| | | ние в висе | | | • | классификации по |
| | | на | | | | |
| | | переклади | | | | родовым признакам, |
| | | не (м); | | | | F - H |
| | | Подтягива | | | | |
| | | ние в висе | | | | установления |
| | | лежа (д). | | | | |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | аналогий и причинно- |
| 8 | | упражнен | анный | ование | выполнять | unworm n npn-mmo |
| | | ия | | техники | комплекс | |
| | | Медленны | | лазания по | ОРУ; | следственных связей, |
| 1 | | й бег. | | наклонной | выполнять | |
| 1 | | О.Р.У. | | скамье. | лазание по | HOCEDOOYYA |
| 1 | | Лазанье | | Выполнить: | наклонной | построения |
| 1 | | по | | Упражнения | скамье; | |
| | | наклонной | | в равновесии | Выполнить | рассуждений, |
| | | скамье. | | (на бревне). | упражнения | |
| | | Упражнен | | (IIII OPEDIIC). | В | <u> </u> |
| 1 | | ия на | | | равновесии. | отнесения к |
| 1 | | равновеси | | | Pabliobecrifi. | |
| 1 | | е (на | | | | известным понятиям. |
| 1 | | | | | | |
| | | бревне). | Vore | D : | V | |
| 3 | | Строевые | Комбиниров | Выполнить: | Уметь: | |
| 9 | | упражнен | анный | Упражнения | выполнять | |

| | | | | 1 |
|-----------------------------------|------------------|---------------------|--------------|--------------|
| | ия | | на | комплекс |
| | Медленны | | гимнастическ | ОРУ; |
| | й бег. | | ой стенке. | выполнять |
| | О.Р.У. | | Развитие | упражнения |
| | Упражнен | | скоростно- | на |
| | ия на | | силовых | гимнастиче |
| | гимнастич | | качеств. | ской стенке. |
| | еской | | | |
| | стенке. | | | |
| | Подниман | | | |
| | ие и | | | |
| | опускание | | | |
| | туловища | | | |
| | за 30 | | | |
| | секунд. | | | |
| 4 | Строевые | Комбиниров | Выполнить: | Уметь: |
| 0 | упражнен | комоиниров анный | | |
| ' | | анныи | Упражнения | выполнять |
| | RN | | в равновесии | комплекс |
| | Медленны | | (на бревне). | ОРУ; |
| | й бег. | | Развитие | Выполнить |
| | О.Р.У. | | скоростно- | упражнения |
| | Упражнен | | силовых | В |
| | ия на | | качеств. | равновесии. |
| | равновеси | | | |
| | е (на | | | |
| | бревне). | | | |
| | Челночны | | | |
| | й бег 3х10. | | | |
| 4 | Строевые | Комбиниров | Развитие: | Уметь: |
| $\begin{bmatrix} 1 \end{bmatrix}$ | упражнен | анный | силы, | выполнять |
| 1 | ия | umbm | скоростно- | комплекс |
| | Медленны | | силовых | ОРУ; |
| | и бег. | | | • |
| | и оег. О.Р.У. | | качеств. | силовые |
| | | | | упражнения |
| | Подтягива | | | |
| | ние в висе | | | |
| | на | | | |
| | переклади | | | |
| | не (м); | | | |
| | Подтягива | | | |
| | ние в висе | | | |
| | лежа (д). | | | |
| | Подниман | | | |
| | ие и | | | |
| | опускание | | | |
| | туловища | | | |
| | за 30 | | | |
| | секунд. | | | |
| 4 | | Комбиниров | Выполнить: | Уметь: |
| 2 | Строевые | комоиниров анный | | |
| 2 | упражнен | анныи | Упражнения | выполнять |
| | ия | | на | комплекс |
| | Медленны | | гимнастическ | ОРУ; |
| | й бег. | | ой стенке. | выполнять |
| | О.Р.У. | | Развитие | упражнения |
| | Упражнен | | скоростно- | на |
| | ия на | | силовых | гимнастиче |
| | гимнастич | | качеств. | ской стенке; |
| | еской | | | силовые |
| | стенке. | | | упражнения |
| | , | | | |

| Прыжки через скакалку. Строевые упражнен ия ия ибег. О.Р.У. Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание туловища |
|--|
| Строевые упражнен ия скоростно- комплекс ОРУ;силов ые упражнения подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| Строевые упражнен ия ия скоростно- силовых качеств. О.Р.У. Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| упражнен ия скоростно- силовых комплекс ОРУ;силов выполнять комплекс ОРУ;силов ые упражнения переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| Медленны й бег. О.Р.У. Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| й бег. О.Р.У. Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| О.Р.У. Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| Подтягива ние в висе на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| на переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и |
| переклади не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| ние в висе лежа (д). Подниман ие и опускание |
| лежа (д). Подниман ие и опускание |
| Подниман ие и опускание |
| ие и опускание |
| опускание |
| |
| |
| за 30 |
| секунд. |
| Строевые Комбиниров Совершенств Уметь: |
| упражнен анный ование выполнять |
| ия техники вып комплекс |
| Медленны олнения ОРУ; |
| й бег. акробатическ выполнять |
| О.Р.У. их акробатичес |
| Акробатич упражнений. кие |
| еские Совершенств упражнения |
| упражнен ование ; выполнять ия. техники лазание по |
| Лазанье лазания по канату. |
| по канату. |
| |
| Строевые Комбиниров Выполнить: Уметь: |
| упражнен анный Упражнения выполнять |
| ия на комплекс |
| Медленны гимнастическ ОРУ; й бег. ой стенке. выполнять |
| О.Р.У. Развитие упражнения |
| Упражнен силы. на |
| ия на гимнастиче |
| гимнастич ской стенке; |
| еской силовые |
| стенке. упражнения |
| Подтягива . |
| ние в висе |
| на |
| переклали |
| переклади не (м): |
| не (м); |
| |
| не (м); Подтягива |
| не (м); Подтягива ние в висе |
| не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Строевые Комбиниров Совершенств Уметь: упражнен анный ование выполнять |
| не (м); Подтягива ние в висе лежа (д). Строевые Комбиниров Совершенств Уметь: |

| | <u>ب</u> ج ۔ _ | 1 | ****** | n | | |
|--------|-----------------------|---------------------|---|---------------------------|----------------|---|
| | й бег. | | канату. | выполнять | | |
| | О.Р.У. Лазанье | | Развитие | лазание по | | |
| | по канату. | | скоростно- силовых | канату | | |
| | no kanary. | | качеств. | | | |
| | | | na iceis. | | | |
| 4 | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 7 | упражнен | анный | ование | выполнять | | |
| | ия | | техники вып | комплекс | | |
| | Медленны | | олнения | ОРУ; | | |
| | й бег. | | акробатическ | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | их | акробатичес | | |
| | Акробатич | | упражнений. | кие | | |
| | еские | | Совершенств ование | упражнения | | |
| | упражнен ия. | | техники | ; выполнять лазание по | | |
| | Лазанье | | лазания по | канату. | | |
| | по канату. | | канату. | 11011111111 | | |
| 4 | Строевые | Комбиниров | Развитие | Уметь: | | |
| 8 | упражнен | анный | скоростно- | выполнять | | |
| | ия | | силовых | комплекс | | |
| | Медленны | | качеств. | ОРУ; | | |
| | й бег. | | | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | | скоростно- | | |
| | Подниман | | | силовые | | |
| | ие и | | | упражнения | | |
| | опускание туловища | | | ٠ | | |
| | за 30 | | | | | |
| | секунд. | | | | | |
| | Челночны | | | | | |
| | й бег 3х10. | | | | | |
| | | | | етверть | | |
| | | T 50 0 | | подготовка | | |
| 4 | l I | Вводный | Ознакомить с | | Формирование | _ |
| 9 | уроке по лыжной | | техникой безопасности | Правила | Торингрование | Познавательные: |
| | подготовке | | на уроках по | поведения на уроке по | навыка | осмысление, |
| | Подготовке | | лыжной | лыжной | | объяснение своего |
| | Скользящи | | подготовке. | подготовке. | систематическо | |
| | й шаг (без | | Совершенств | Уметь: | _ | двигательного опыта. |
| | палок). | | ование | передвигать | го наблюдения | Occarrary passes and |
| | Повороты | | техники | СЯ | nn cnor | Осознание важности |
| | переступан | | передвижени | скользящим | за своим | освоения |
| | ием. | | я скользящим | шагом (без | физическим | универсальных |
| | | | шагом (без | палок); | ψηση τε CKIIW | умений связанных с |
| | | | палок). Совершенств | Выполнять повороты | состоянием, | |
| | | | ование | переступан | , | выполнением |
| | | | техники | ием. | величиной | упражнений. |
| | | I | поворотов | 110 | _ | |
| | | | IIODOPOIOD | i l | физических | Осмысление техники |
| | | | переступание | | T - | Octobicolerine reminini |
| | | | _ | | • | выполнения |
| | | | переступание м. | | нагрузок. | выполнения |
| 5 | Скользящи | Комбиниров | переступание м. | Уметь: | • | выполнения разучиваемых заданий |
| 5 0 | й шаг (без | Комбиниров анный | переступание м. Совершенств ование | передвигать | • | выполнения |
| 1 | й шаг (без палок). | 1 | переступание м. Совершенств ование техники | передвигать ся | • | выполнения разучиваемых заданий и упражнений. |
| 1 | й шаг (без | 1 | переступание м. Совершенств ование | передвигать | • | выполнения разучиваемых заданий |

| _ | 1 | | | | 1 | | |
|--|---|------------------------|------------|---------------------------|---|------------------|-----------------------|
| | | ящим шагом (с | | шагом (без палок). | палок); Передвигат | Развитие | рмирование способов |
| | | палками). | | Совершенств | ься | самостоятельно | позитивного |
| | | | | ование | скользящим | | взаимодействия со |
| | | | | техники передвижени | шагом (с палками); | сти и личной | сверстниками в парах |
| | | | | я скользящим | , | ответственност | и группах при |
| | | | | шагом (с | | | разучивании |
| 5 | | Передвиже | Комбиниров | палками). Совершенств | Уметь: | и за свои | 1 3 |
| $\begin{vmatrix} 3 \\ 1 \end{vmatrix}$ | | ние скольз | анный | ование | передвигать | поступки на | Упражнений. |
| | | ящим | | техники | СЯ | | T 7 |
| | | шагом (с | | передвижени | скользящим | основе | Умение объяснять |
| | | палками). | | я скользящим | шагом (с | представлений | ошибки при |
| | | Повороты переступан | | шагом (с палками). | палками); выполнять | представлении | выполнении |
| | | ием. | | Совершенств | повороты | о нравственных | упражнений. |
| | | | | ование | переступан | | |
| | | | | техники | ием. | нормах. | Умение управлять |
| | | | | поворотов переступание | | | эмоциями при |
| | | | | М. | | | общении со |
| 5 | | Чередован | Комбиниров | Обучение | Научиться: | | сверстниками и |
| 2 | | ие ступающег | анный | технике чередования | технике чередовани | Развитие | взрослыми, сохранять |
| | | о и | | ступающего | я | этических | хладнокровие, |
| | | скользящег | | И | ступающего | 3111 10011111 | сдержанность, |
| | | о шага. | | скользящего | И | чувств, | · · · - |
| | | Эстафеты. | | шага. Способствов | скользящег о шага. | | рассудительность. |
| | | | | ать развитию | Знать | доброжелатель | Умение с достаточной |
| | | | | физических | правила | ности и | полнотой и точностью |
| | | | | качеств в | эстафеты. | | |
| 5 | | | Комбиниров | эстафете. Совершенств | Уметь: | эмоционально- | выражать свои мысли |
| 3 | | ие | анный | ование | выполнять | нравственной | в соответствии с |
| | | ступающег | | техники | чередовани | | задачами урока, |
| | | 0 И | | чередования | е | отзывчивости, | владение специальной |
| | | скользящег о шага. | | ступающего и | ступающего и | понимания и | терминологией. |
| | | Повороты | | скользящего | скользящег | | D |
| | | переступан | | шага. | о шага. | сопереживания | Регулятивные: |
| | | ием. | | Совершенств ование | Знать правила | | Умение организовать |
| | | | | техники | эстафеты. | чувствам | самостоятельную |
| | | | | поворотов | | других людей. | деятельность с учетом |
| | | | | переступание | | | требований ее |
| 5 | | Подъем | Комбиниров | м. Обучение | Научиться: | | безопасности, |
| 4 | | скользящи | анный | технике | технике | | сохранности |
| | | м шагом. | | подъема | подъема | Формирование | инвентаря и |
| | | Спуски в высокой | | скользящим шагом. Сове | скользящим шагом. | | оборудования, |
| | | стойке. | | ршенствован | Уметь: | эстетических | |
| | | | | ие техники | выполнять | потребностей, | организации мест |
| | | | | спусков в | спуски в | потреолостей, | занятий. |
| | | | | высокой стойке. | высокой стойке. | ценностей и | Умение |
| 5 | | Подъем | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | 1 | у мение |
| <u> </u> | | H | psb | | | | |

| 5 | скользящи м шагом. | анный | ование техники | выполнять подъем | чувств. | характеризовать, |
|----------|-------------------------|---------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------|-----------------------|
| | Спуски в | | подъема | скользящим | _ | выполнять задание в |
| | низ. | | скользящим | шагом; | Формирование | соответствии с целью |
| | Стойке. | | шагом. Совершенств | выполнять спуски в | и проявление | и анализировать |
| | | | ование | низкой сто | | технику выполнения |
| | | | техники | йке. | положительных | упражнений, давать |
| | | | спусков в низкой стойк | | качеств | объективную оценку |
| | | | e. | | личности, | технике выполнения |
| 5 6 | Спуски в низкой | Комбиниров анный | Совершенств ование | Уметь:выпо лнять | личности, | упражнений на основе |
| | стойке. | анный | техники | спуски в | дисциплиниров | освоенных знаний и |
| | Подъем | | спусков в | низкой сто | 21110CTH | имеющегося опыта. |
| | «лесенкой» | | низкой стойк е. Обучение | йке. | анности, | имстощегося опыта. |
| | • | | е. Обучение технике | Научиться: технике | трудолюбия и | Умение технически |
| | | | подъема | подъема | AMODEM D | правильно выполнять |
| <u> </u> | | TZ | «лесенкой». | «лесенкой». | упорства в | двигательные |
| 5 7 | Спуски в высокой | Комбиниров анный | Совершенств ование | Уметь: выполнять | достижении | действия из базовых |
| | стойке. | | техники | спуски в | поставленной | видов спорта, |
| | Подъем | | спусков в | высокой | поставленной | использовать их в |
| | «лесенкой» | | высокой сто йке. | стойке; выполнять | цели. | использовать их в |
| | • | | Совершенств | подъем «ле | | - |
| | | | ование | сенкой». | | соревновательной |
| | | | техники подъема | | | деятельности. |
| | | | «лесенкой». | | | Умение планировать |
| - | Па | V | 05 | 11 | | собственную |
| 5 8 | Поперемен ный | Комбиниров анный | Обучение технике | Научиться: технике | | деятельность, |
| | двухшажн | | попеременно | попеременн | | распределять нагрузку |
| | ый ход (без | | двушажного | 0 | | и отдых в процессе ее |
| | палок). Эстафеты. | | хода. Способствов | двушажног о хода (без | | выполнения. |
| | 1 | | ать развитию | палок). | | выполисиям. |
| | | | физических | Знать | | |
| | | | качеств в эстафете. | правили эстафеты. | | |
| 5 | Поперемен | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 9 | ный | анный | ование | передвигать | | |
| | двухшажн ый ход (без | | техники попеременно | ся попеременн | | |
| | палок). | | двушажного | ЫМ | | |
| | Поперемен | | хода. | двушажным | | |
| | ный двухшажн | | | ходом. | | |
| | ый ход (с | | | | | |
| | палками). | T7 | 0.5 | | | |
| 6 0 | Поперемен ный | Комбиниров анный | Обучение те хнике | Научиться: технике | | |
| | ныи двухшажн | umbili | попеременно | попеременн | | |
| | ый ход (с | | двушажного | 0 | | |
| | палками). Прохожден | | хода. Развитие | двушажног о хода (с | | |
| | прохожден ие | | Развитие выносливост | о хода (с палками). | | |
| | | | • | . , | • | |

| | дистанции | | и. | | | |
|-----|-----------------------|------------|---------------------------|------------------------|----------------|----------------------|
| | 1500 м. | | | | | |
| 6 | Чередован | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 1 | ие | анный | ование | выполнять | | |
| | ступающег | | техники | чередовани | | |
| | 0 И | | чередования | 6 | | |
| | скользящег о шага. | | ступающего и | ступающего и | | |
| | Эстафеты. | | и скользящего | и скользящег | | |
| | S craperzi. | | шага. | о шага. | | |
| | | | Способствов | Знать | | |
| | | | ать развитию | правила | | |
| | | | физических | эстафеты. | | |
| | | | качеств в | | | |
| | | T | эстафете. | ** | | |
| 6 | Поперемен | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 2 | ный | анный | ование | передвигать | | |
| | двухшажн ый ход (с | | техники попеременно | ся попеременн | | |
| | палками). | | двушажного | ым | | |
| | Прохожден | | хода. | двушажным | | |
| | ие | | Развитие | ходом. | | |
| | дистанции | | выносливост | | | |
| - | 1500 м. | | и. | | | |
| 6 | Чередован | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 3 | ие | анный | ование | выполнять | | |
| | ступающег о и | | техники | чередовани е | | |
| | о и скользящег | | чередования ступающего | ступающего | | |
| | о шага. | | и | и | | |
| | Эстафеты. | | скользящего | скользящег | | |
| | • | | шага. | о шага. | | |
| | | | Способствов | Знать | | |
| | | | ать развитию | правила | | |
| | | | физических | эстафеты. | | |
| | | | качеств в | | | |
| 6 | Прохожден | Контроль | эстафете. Учет | Уметь: | | |
| 4 | прохожден ие | Контроль | прохождения | передвигать | | |
| ~ | дистанции | | дистанции | СЯ | | |
| | 1500 м. | | 1500 метров. | попеременн | | |
| | | | • | ым | | |
| | | | | двушажным | | |
| | | | | ходом. | | |
| | Tr P | | ижные игры с эл | | тивных игр | |
| 6 5 | Т.Б. на | Игровой | Повторить | Знать: | | Парист |
| 3 | уроке по подвижны | | технику безопасности | технику безопасност | | Познавательные: |
| | м играм. | | на уроках по | и на уроках | | Осмысление, |
| | Строевые | | подвижным | по | Формирование | объяснение своего |
| | упражнени | | играм. | подвижным | навита | |
| | я. | | Совершенств | играм; | навыка | двигательного опыта. |
| | Медленны | | ование | Правила | систематическо | Осознание важности |
| | й бег. | | техники | игры. Умет | | |
| | О.Р.У. | | ведения | ь: | го наблюдения | освоения |
| | Ведение | | мяча. | выполнять | | универсальных |
| | мяча на месте и в | | Совершенств ование | комплекс ОРУ; выпо | за своим | умений связанных с |
| | движении. | | техники | лнять | | _ |
| | A-11/1/C111111. | l | 10/11/11/11 | ,111/11D | l . | |

| | | | Υ | Υ | Υ | , |
|---|-------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|----------------|-----------------------|
| | Ловля и передача | | передачи и ловли мяча. | передачи и ловли мяча. | физическим | выполнением |
| | мяча на | | Способствов | Знать | состоянием, | упражнений. |
| | месте и в движении. | | ать развитию физических | правила игры. | величиной | Осмысление техники |
| | Эстафеты. | | качеств в эстафете. | | физических | выполнения |
| | | | эстафете. | | физических | разучиваемых заданий |
| 6 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | нагрузок. | и упражнений. |
| 6 | упражнени я. | | ование техники | выполнять комплекс | | Коммуникативные: |
| | Медленны | | ведения | ОРУ; выпо | | Формирование |
| | й бег. О.Р.У. | | мяча. Способствов | лнять ведение | | способов позитивного |
| | Ведение | | ать развитию | мяча; Знать | Развитие | |
| | мяча на | | физических | правила | самостоятельно | взаимодействия со |
| | месте и в движении. | | качеств в игре. | игры. | | сверстниками в парах |
| | Ведение | | m pc. | | сти и личной | и группах при |
| | мяча с | | | | ответственност | разучивании |
| | изменение м | | | | | Упражнений. |
| | направлен | | | | и за свои | v iipuvaieiiiiii. |
| | ИЯ. | | | | поступки на | Умение объяснять |
| | Подвижная игра | | | | o green o | ошибки при |
| | «Передача | | | | основе | выполнении |
| | мячей в | | | | представлений | упражнений. |
| 6 | колоннах». Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | ** |
| 7 | упражнени | P | ование | выполнять | о нравственных | Умение управлять |
| | Я. | | техники | комплекс | нормах. | эмоциями при |
| | Медленны й бег. | | ведения мяча. | ОРУ; выполнять | | общении со |
| | О.Р.У. | | Совершенств | передачи и | | сверстниками и |
| | Ведение | | ование | ловли мяча. | | взрослыми, сохранять |
| | мяча с изменение | | техники передачи и | Знать правила | | хладнокровие, |
| | М | | ловли мяча. | игры. | | сдержанность, |
| | направлен | | Способствов | | Развитие | рассудительность. |
| | ия. Ловля и передача | | ать развитию физических | | | • |
| | мяча на | | качеств в | | этических | Умение с достаточной |
| | месте и в | | эстафете. | | чувств, | полнотой и точностью |
| | движении. Эстафеты. | | | | | выражать свои мысли |
| 6 | Строевые | ————————————————————————————————————— | Совершенств | Уметь: | доброжелатель | в соответствии с |
| 8 | упражнени | • | ование | выполнять | ности и | задачами урока, |
| | я. Медленны | | техники ведения | комплекс ОРУ; | | владение специальной |
| | й бег. | | мяча. | огу, выполнять | эмоционально- | терминологией. |
| | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | нравственной | • |
| | Ведение мяча на | | ование техники | мяча; выполнять | | Регулятивные: |
| | мяча на месте и в | | передачи и | передачи и | отзывчивости, | Умение организовать |
| | движении. | | ловли мяча. | ловли мяча. | понимания и | самостоятельную |
| | Ловля и передача | | Способствов ать развитию | Знать правила | | деятельность с учетом |
| | передача мяча на | | физических | правила игры. | сопереживания | требований ее |
| | ! | | 1 | | 1 | |

| | 1 | | 1 | 1 | 1 | |
|----------|------------------------|---------|----------------------------|------------------------|---------------|-----------------------|
| | месте и в | | качеств в | | чувствам | безопасности, |
| | движении. Подвижная | | игре. | | других людей. | сохранности |
| | игра | | | | другинчинден | инвентаря и |
| | «Передача | | | | | - |
| | мячей в | | | | | оборудования, |
| | колоннах». | T | 6 | 37 | - | организации мест |
| 6 | Строевые упражнени | Игровой | Совершенств ование | Уметь: выполнять | | занятий. |
| | я. | | техники | комплекс | | |
| | Медленны | | ведения | ОРУ; | Формирование | Умение |
| | й бег. | | мяча. | выполнять | | характеризовать, |
| | О.Р.У. | | Обучение | ведение | эстетических | выполнять задание в |
| | Ведение | | технике | мяча; | | соответствии с целью |
| | мяча с изменение | | бросков мяча в кольцо | Научиться: технике | потребностей, | |
| | M | | двумя | бросков | ценностей и | и анализировать |
| | направлен | | руками | мяча в | | технику выполнения |
| | ия. Броски | | снизу. | кольцо | чувств. | упражнений, давать |
| | в кольцо | | Способствов | двумя | | объективную оценку |
| | двумя | | ать развитию физических | руками снизу. Знать | | технике выполнения |
| | руками снизу. | | физических качеств в | правила | | |
| | Эстафеты. | | эстафете. | игры. | | упражнений на основе |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |] | освоенных знаний и |
| 0 | упражнени | | ование | выполнять | | имеющегося опыта. |
| | я. | | техники | комплекс | | |
| | Медленны й бег. | | бросков мяча в кольцо | ОРУ; выпо лнять | | Умение технически |
| | 0.Р.У. | | двумя | броски мяча | | правильно выполнять |
| | Броски в | | руками | в кольцо | | двигательные |
| | кольцо | | снизу. | двумя | Формирование | действия из базовых |
| | двумя | | Совершенств | руками | Горинродиние | |
| | руками снизу. | | ование техники | снизу; выполнять | и проявление | видов спорта, |
| | Броски в | | бросков мяча | броски мяча | | использовать их в |
| | кольцо | | одной рукой | в кольцо | положительных | игровой и |
| | одной | | от мяча. | одной | качеств | соревновательной |
| | рукой от | | Способствов | рукой. | Ru Iceib | деятельности. |
| | плеча. Подвижная | | ать развитию физических | Знать правила | личности, | Achiro di in |
| | игра | | качеств в | игры. | | Умение планировать |
| | «Охотники | | игре. | · | дисциплиниров | собственную |
| <u> </u> | и утки». | | | | анности, | J |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | деятельность, |
| 1 | упражнени я. | | ование техники | выполнять комплекс | трудолюбия и | распределять нагрузку |
| | м. Медленны | | бросков мяча | ОРУ; выпо | | и отдых в процессе ее |
| | й бег. | | кольцо двумя | лнять | упорства в | выполнения. |
| | О.Р.У. | | руками | броски мяча | достижении | |
| | Броски в | | снизу. | в кольцо | A COMMONTAIN | Умение видеть |
| | кольцо | | Совершенств | двумя | поставленной | красоту движений, |
| | одной рукой от | | ование техники | руками снизу; | | выделять и |
| | плеча. | | бросков мяча | выполнять | цели. | обосновывать |
| | Ведение на | | одной рукой | броски мяча | | |
| | месте | | от мяча. | в кольцо | | эстетические |
| | правой и | | Способствов | одной | | признаки в движениях |
| | левой | | ать развитию | рукой Знать | | |

| \neg | рукой в | | физических | правила | | |
|--------------|--------------------------------|----------|-------------------------|-----------------------|---|---------|
| | рукои в движении | | физических качеств в | правила игры. | И | передви |
| | шагом и | | эстафете. | ııı her | | челов |
| | бегом. | | Jerawere. | | | 10,102 |
| | Эстафеты. | | | | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 2 | упражнени | TH PODON | ование | выполнять | | |
| <u> </u> | я. | | техники | комплекс | | |
| | Медленны | | передачи и | ОРУ; | | |
| | й бег. | | ловли мяча. | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | Совершенств | передачи и | | |
| | Ловля и | | ование | ловли мяча. | | |
| | передача | | техники | Знать | | |
| | мяча на | | ведения | правила | | |
| | месте и в | | мяча. | игры. | | |
| | движении. | | Способствов | F | | |
| | Ведение на | | ать развитию | | | |
| | месте | | физических | | | |
| | правой и | | качеств в | | | |
| | левой | | игре. | | | |
| | рукой в | | | | | |
| | движении | | | | | |
| | шагом и | | | | | |
| | бегом. | | | | | |
| | Игра | | | | | |
| | «Охотники | | | | | |
| | и утки». | | | | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 3 | упражнени | | ование | выполнять | | |
| | я. | | техники | комплекс | | |
| | Медленны | | бросков мяча | ОРУ; | | |
| | й бег. | | кольцо двумя | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | руками | броски мяча | | |
| | Броски в | | снизу. | в кольцо | | |
| | кольцо | | Совершенств | двумя | | |
| | двумя | | ование | руками | | |
| | руками | | техники | снизу; | | |
| | _снизу. | | бросков мяча | выполнять | | |
| | Броски в | | одной рукой | броски мяча | | |
| | кольцо | | от мяча. | в кольцо | | |
| | одной | | Способствов | одной | | |
| | рукой от | | ать развитию | рукой. | | |
| | плеча. | | физических | | | |
| | Эстафеты. | | качеств в эстафете. | | | |
| 7 | CTROOPLIA | Игровой | | Уметь: | | |
| 4 | Строевые | ъп horon | Совершенств ование | | | |
| ⁻ | упражнени я. | | техники | выполнять комплекс | | |
| | медленны Медленны | | ведения | ОРУ; | | |
| | й бег. | | ведения мяча. | огу, выполнять | | |
| | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | | |
| | Ведение | | ование | мяча; | | |
| | мяча на | | техники | мича, выполнять | | |
| | месте и в | | передачи и | передачи и | | |
| 1 | движении. | | ловли мяча. | ловли мяча. | | |
| | Warner | | Способствов | Знать | | |
| | Ловля и | | I CHOCOCIBOR | | 1 | |
| | Ловля и передача | | | | | |
| | Ловля и передача мяча на | | ать развитию физических | правила игры. | | |

| | , | | · | ή |
|-------------|---|----------|--------------|-------------|
| | движении. | | игре. | |
| | Подвижная | | | |
| | игра | | | |
| | «Попади в | | | |
| | мяч». | | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 5 | упражнени | • | ование | выполнять |
| | я. | | техники | комплекс |
| | Медленны | | ведения | ОРУ; |
| | й бег. | | мяча. | выполнять |
| | О.Р.У. | | Совершенств | ведение |
| | Ведение м | | ование | мяча; |
| | яча с | | техники | выполнять |
| | изменение | | передачи и | передачи и |
| | M | | ловли мяча. | ловли мяча. |
| | направлен | | Способствов | Знать |
| | ия. Ловля и | | ать развитию | правила |
| | передача | | физических | игры. |
| | | | качеств в | игры. |
| | мяча на | | | |
| | месте и в | | эстафете. | |
| | движении. | | | |
| | Эстафеты. | ** | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Способствов | Уметь: |
| 6 | упражнени | | ать развитию | выполнять |
| | я. | | физических | комплекс |
| | Медленны | | качеств в | ОРУ; Знать |
| | й бег. | | игре, | правила |
| | О.Р.У. | | эстафете. | игры. |
| | Эстафеты. | | | |
| | Подвижная | | | |
| | игра | | | |
| | «Попади в | | | |
| | мяч». | | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 7 | упражнени | in pozon | ование | выполнять |
| ' | Я | | техники | комплекс |
| | Медленны | | ведения | ОРУ; |
| | й бег. | | мяча. | |
| | О.Р.У. | | | выполнять |
| | | | Совершенств | ведение |
| | Ведение | | ование | мяча; |
| | мяча на | | техники | выполнять |
| | месте и в | | передачи и | передачи и |
| | движении. | | ловли мяча. | ловли мяча. |
| | Ловля и | | Способствов | Знать |
| | передача | | ать развитию | правила |
| | мяча на | | физических | игры. |
| | месте и в | | качеств в | |
| | движении. | | игре. | |
| | Подвижная | | | |
| | игра. | | | |
| | «Попади в | | | |
| | мяч». | | | |
| 7 | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 8 | упражнени | ти родон | ование | выполнять |
| " | Я | | техники | комплекс |
| | медленны I | | | ОРУ; |
| | й бег. | | передачи и | · |
| | О.Р.У. | | ловли мяча. | выполнять |
| | | | Совершенств | ведение |
| L I | Ловля и | | ование | мяча; |

| | · | | | Γ | · | 1 | - |
|--------|----------|-----------------------|------------|-----------------------|----------------------|-------------------|---------------------------|
| | | передача | | техники | выполнять | | |
| | | мяча на | | ведения | передачи и | | |
| | | месте и в | | мяча. | ловли мяча. | | |
| | | движении. | | Способствов | Знать | | |
| | | Ведение на | | ать развитию | правила | | |
| | | месте | | физических | игры. | | |
| | | правой и | | качеств в | | | |
| | | левой | | игре. | | | |
| | | рукой в | | | | | |
| | | движении | | | | | |
| | | шагом и | | | | | |
| | | бегом. | | | | | |
| | | Эстафета. | | | | | |
| | | | П | | нетверть | | |
| 7 | | T.F | | ижные игры с эл | | тивных игр Г | П |
| 7 9 | | Т.Б. на | Игровой | Повторить | Знать: | Формирование | Познавательные: |
| 9 | | уроке по | | технику | технику | i opipozaiiie | Осмысление, |
| | | подвижны | | безопасности | безопасност | навыка | объяснение своего |
| | | м играм. | | на уроках по | и на уроках | систематическо | двигательного опыта. |
| | | Строевые | | подвижным | по | | Осознание важности |
| | | упражнени я. | | играм. Совершенств | подвижным играм. | го наблюдения | освоения универсальных |
| | | Медленны | | ование | Уметь: | за своим | умений связанных с |
| | | й бег. | | техники | выполнять | физическим | выполнением |
| | | О.Р.У. | | ведения | комплекс | φ | упражнений. |
| | | Ведение | | мяча. | ОРУ; | состоянием, | Осмысление техники |
| | | мяча на | | Совершенств | выполнять | величиной | выполнения |
| | | месте и в | | ование | ведение | | разучиваемых заданий |
| | | движении. | | техники | мяча; | физических | и упражнений. |
| | | Ловля и | | передачи и | выполнять | нагрузок. | Коммуникативные: |
| | | передача | | ловли мяча. | передачи и | inai pysom. | Формирование |
| | | мяча на | | Способствов | ловли мяча. | | способов позитивного |
| | | месте и в | | ать развитию | Знать | | взаимодействия со |
| | | движении. | | физических | правила | | сверстниками в парах |
| | | Эстафеты. | | качеств в | игры | Развитие | и группах при |
| | | 1 | | эстафете. | 1 | самостоятельно | разучивании |
| 8 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | Упражнений. |
| 0 | | упражнени | 111 pozo11 | ование | выполнять | сти и личной | Умение объяснять |
| ਁ | | я. | | техники | комплекс | ответственност | ошибки при |
| | | л. Медленны | | ведения | ОРУ; | Orbererbeilioer | выполнении |
| | | й бег. | | мяча. | выполнять | и за свои | упражнений. |
| | | О.Р.У. | | Способствов | ведение | поступки на | Умение управлять |
| | | Ведение | | ать развитию | мяча; Знать | i ioci yiikii iid | эмоциями при |
| | | мяча на | | физических | правила | основе | общении со |
| | | месте и в | | качеств в | игры | представлений | сверстниками и |
| | | движении. | | игре. | YII PDI | представлении | взрослыми, сохранять |
| | | Ведение | | in pc. | | о нравственных | хладнокровие, |
| | | мяча с | | | | HODMON | сдержанность, |
| | | изменение | | | | нормах. | рассудительность. |
| | | М | | | | | Умение с достаточной |
| | | | | | | | полнотой и точностью |
| | | направлен ия. | | | | | выражать свои мысли |
| | | ия. Подвижная | | | | Развитие | в соответствии с |
| | | 1 ' ' | | | | этических | задачами урока, |
| | | игра «Передача | | | | JIMACCANA | владение специальной |
| | | «ттередача мячей в | | | | чувств, | терминологией. |
| | | колоннах». | | | | доброжелатель | Регулятивные: |
| 8 | <u> </u> | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | , Hookawaren | Умение организовать |
| 1 | | упражнени | ти ровом | ование | у меть. Выполнять | ности и | самостоятельную |
| | Ц | упражнени | | овапис | d I Khivuiida | | - Canada Control Dily 10 |

| | | | | 1 | ή | Υ | |
|---------|----------|-----------------------|----------|---------------------------|---------------------------|----------------|--|
| | | я. | | техники | комплекс | эмоционально- | деятельность с учетом |
| | | Медленны | | ведения | ОРУ; | нравственной | требований ее |
| | | й бег. | | мяча. | выполнять | _ | безопасности, |
| | | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | отзывчивости, | сохранности |
| | | Ведение | | ование | мяча; | понимания и | инвентаря и |
| | | мяча с | | техники | выполнять | COHODOWIDAIIIA | оборудования, |
| | | изменение м | | передачи и ловли мяча. | передачи и ловли мяча. | сопереживания | организации мест занятий. |
| | | м направлен | | Способствов | Знать | чувствам | умение Умение |
| | | ия. Ловля и | | ать развитию | правила | других людей. | характеризовать, |
| | | передача | | физических | игры | другим люден. | выполнять задание в |
| | | мяча на | | качеств в | p2: | | соответствии с целью |
| | | месте и в | | эстафете. | | | и анализировать |
| | | движении. | | 1 | | Φ | технику выполнения |
| | | Эстафеты. | | | | Формирование | упражнений, давать |
| 8 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | эстетических | объективную оценку |
| 2 | | упражнени | 1 | ование | выполнять | потребностей, | технике выполнения |
| | | я. | | техники | комплекс | потреоностеи, | упражнений на основе |
| | | Медленны | | ведения | ОРУ; | ценностей и | освоенных знаний и |
| | | й бег. | | мяча. | выполнять | чувств. | имеющегося опыта. |
| | | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | Tyberb. | Умение технически |
| | | Ведение | | ование | мяча; | | правильно выполнять |
| | | мяча на | | техники | выполнять | | двигательные |
| | | месте и в | | передачи и | передачи и | * | действия из базовых |
| | | движении. | | ловли мяча. | ловли мяча. | Формирование | видов спорта, |
| | | Ловля и | | Способствов | Знать | и проявление | использовать их в |
| | | передача | | ать развитию | правила | _ | игровой и |
| | | мяча на | | физических | игры | положительных | соревновательной |
| | | месте и в | | качеств в | | качеств | деятельности. |
| | | движении. | | игре. | | личности, | Умение планировать |
| | | Подвижная | | | | , in moeth, | собственную |
| | | игра «Передача | | | | дисциплиниров | деятельность, распределять нагрузку |
| | | «передача мячей в | | | | анности, | и отдых в процессе ее |
| | | мячеи в колоннах». | | | | | выполнения. |
| 8 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | трудолюбия и | Умение видеть |
| 3 | | упражнени | ип ровои | ование | выполнять | упорства в | красоту движений, |
| | | я. | | техники | комплекс | TOCTIVOLULI | выделять и |
| | | Медленны | | ведения | ОРУ; | достижении | обосновывать |
| | | й бег. | | мяча. | выполнять | поставленной | эстетические |
| | | О.Р.У. | | Совершенств | ведение | цели. | признаки в движениях |
| | | Ведение | | ование техни | мяча; | | и передвижениях |
| | | мяча с | | ки бросков | выполнять | | человека. |
| | | изменение | | мяча в | броски мяча | | |
| | | M | | кольцо двумя | в кольцо | | |
| | | направлен | | руками | двумя | | |
| | | ия. Броски | | снизу. | руками | | |
| | | в кольцо | | Способствов | снизу; Знать | | |
| | | двумя | | ать развитию | правила | | |
| | | руками | | физических | игры. | | |
| | | снизу. | | качеств в | | | |
| <u></u> | | Эстафеты. | | эстафете. | 7.7 | | |
| 8 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: | | |
| 4 | | упражнени | | ование | выполнять | | |
| | | Я. | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны й бег. | | бросков мяча | ОРУ; | | |
| | | и оег. О.Р.У. | | кольцо двумя | выполнять броски мяча | | |
| | | О.Р.У. Броски в | | руками | в кольцо | | |
| | <u> </u> | п роски в | | снизу. | прилоди | l . | |

| | | кольцо | | Совершенств | двумя |
|-----|---|----------------------|-----------|-----------------------|---------------------|
| | | двумя | | ование | руками |
| | | руками | | техники | снизу; |
| | | снизу. | | бросков мяча | выполнять |
| | | Броски в | | одной рукой | броски мяча |
| | | кольцо | | от мяча. | в кольцо |
| | | одной | | Способствов | одной |
| | | рукой от | | ать развитию | рукой. |
| | | плеча. | | физических | Знать |
| | | Подвижная | | качеств в | правила |
| | | игра | | игре. | игры. |
| | | «Охотники | | I - | |
| | | и утки». | | | |
| 8 | | Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 5 | | упражнени | ти ровон | ование | выполнять |
| " | | я. | | техники | комплекс |
| | | я. Медленны | | бросков мяча | ОРУ; |
| | | медленны й бег. | | _ | • |
| | | | | кольцо двумя | выполнять |
| | | О.Р.У. | | руками | броски мяча |
| | | Броски в | | снизу. | в кольцо |
| | | кольцо | | Совершенств | двумя |
| | | одной | | ование | руками |
| | | рукой от | | техники | снизу; |
| | | плеча. | | бросков мяча | выполнять |
| | | Ведение на | | одной рукой | броски мяча |
| | | месте | | от мяча. | в кольцо |
| 1 | | правой и | | Способствов | одной |
| | | левой | | ать развитию | рукой. |
| | | рукой в | | физических | Знать |
| | | движении | | качеств в | правила |
| 1 | | шагом и | | эстафете. | игры. |
| 1 | | бегом. | | Jerupere. | |
| | | Эстафеты. | | | |
| 8 | | | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 6 | | Строевые | rii horon | Совершенств | |
| 0 | | упражнени | | ование | выполнять |
| | | Я. | | техники | комплекс |
| 1 | | Медленны | | передачи и | ОРУ; |
| 1 | | й бег. | | ловли мяча. | выполнять |
| | | О.Р.У. | | Совершенств | ведение |
| | | Ловля и | | ование | мяча; |
| | | передача | | техники | выполнять |
| | | мяча на | | ведения | передачи и |
| | | месте и в | | мяча. | ловли мяча. |
| | | движении. | | Способствов | Знать |
| | | Ведение на | | ать развитию | правила |
| | | месте | | физических | игры. |
| | | правой и | | качеств в | P |
| | | левой и | | игре. | |
| | | рукой в | | m pc. | |
| | | | | | |
| | | движении | | | |
| | | шагом и | | | |
| | | бегом. | | | |
| | | Подвижная | | | |
| | | игра | | | |
| 1 | 1 | «Охотники | | | |
| 1 | | | | 1 | 1 |
| | | и утки». | | | |
| 8 | | и утки». Строевые | Игровой | Совершенств | Уметь: |
| 8 7 | | | Игровой | Совершенств ование | Уметь: выполнять |
| | | Строевые | Игровой | _ | |

| | | | | | Υ | |
|--------|-------------------|------------|--------------------|-----------------------|---|----------------------|
| | Медленны | | бросков мяча | ОРУ; | | |
| | й бег. | | кольцо двумя | выполнять | | |
| | О.Р.У. | | руками | броски мяча | | |
| | Броски в | | снизу. | в кольцо | | |
| | кольцо | | Совершенств | двумя | | |
| | двумя | | ование | руками | | |
| | руками | | техники | снизу; | | |
| | снизу. | | бросков мяча | выполнять | | |
| | Броски в | | одной рукой | броски мяча | | |
| | кольцо | | от мяча. | в кольцо | | |
| | одной | | Способствов | одной | | |
| | рукой от | | ать развитию | рукой. | | |
| | плеча. | | физических | Знать | | |
| | Эстафеты. | | качеств в | правила | | |
| | | | эстафете. | игры. | | |
| | | | егкая атлетика и | кроссовая под | готовка | |
| 8 | Т.Б. на | Комбиниров | Повторение | Знать: | Φ | Познавательные: |
| 8 | уроках по | анный | техники | правила | Формирование | Осмысление, |
| | легкой | | безопасности | поведения | | объяснение своего |
| | атлетике. | | на уроках по | на уроке по | навыка | |
| | Строевые | | легкой | легкой | | двигательного опыта. |
| | упражнени | | атлетике. | атлетике. | CHCTON COTTANGENCO | Осознание важности |
| | я. | | Совершенств | Уметь: | систематическо | освоения |
| | Медленны | | ование | выполнять | | универсальных |
| | й бег. | | техники бега | комплекс | го наблюдения | умений связанных с |
| | О.Р.У. | | на 30 метров | ОРУ; бегать | | выполнением |
| | Высокий | | с высокого | с высокого | 22 CDOUM | |
| | старт. Бег | | старта. | старта 30 | за своим | упражнений. |
| | 30 м. | | Развитие | метров; | | Осмысление техники |
| | Подниман | | скоростно- | Выполнять | физическим | выполнения |
| | ие и | | СИЛОВЫХ | силовые | | разучиваемых заданий |
| | опускание | | качеств. | упражнения | состоянием, | и упражнений. |
| | туловища за 30 | | | • | , | Коммуникативные: |
| | | | | | | Формирование |
| | секунд. | V | V | | величиной | |
| 8 9 | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | | способов позитивного |
| 9 | упражнени | | бега на 30 | выполнять комплекс | физических | взаимодействия со |
| | я. Медленны | | метров. | ОРУ; бегать | | сверстниками в парах |
| | й бег. | | Совершенств ование | с высокого | | и группах при |
| | О.Р.У. Бег | | техники | старта 30 | нагрузок. | разучивании |
| | 30 м. | | прыжков в | метров; | | Упражнений. |
| | Прыжок в | | длину с | метров, выполнять | _ | Умение объяснять |
| | длину с | | места. | комплекс | Развитие | |
| | места. | | meeru. | ОРУ; | | ошибки при |
| | | | | выполнять | самостоятельно | выполнении |
| | | | | прыжков в | | упражнений. |
| | | | | длину с | CT 11 T1 | Умение управлять |
| | | | | места. | сти и личной | эмоциями при |
| 9 | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | общении со |
| 0 | упражнени | анный | ование | выполнять | ответственност | · |
| | я. | | техники бега | комплекс | | сверстниками и |
| | Медленны | | на 60 метров. | ОРУ; бегать | и за свои | взрослыми, сохранять |
| | й бег. | | Совершенств | с высокого | n sa CBOM | хладнокровие, |
| | О.Р.У. Бег | | ование | старта 60 | | сдержанность, |
| | 60 м. | | техники | метров; | поступки на | рассудительность. |
| | Метание м | | метения | выполнять | | Умение с достаточной |
| | яча. | | мяча. | метание | | полнотой и точностью |
| | | | | мяча на | | полнотои и точностью |
| | | | | | | |

| | | | 1 | Υ | | Υ | |
|----------|----------|------------------|------------|------------------------|-------------------------|--------------------|-----------------------|
| | | | T | | дальность. | основе | выражать свои мысли |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | в соответствии с |
| 1 | | упражнени | анный | ование техники бега | выполнять | представлений | задачами урока, |
| | | я. Медленны | | 60 метров. | комплекс ОРУ; бегать | | владение специальной |
| | | й бег. | | Совершенств | с высокого | о нравственных | терминологией. |
| | | О.Р.У. Бег | | ование | старта 60 | o ripuberberiribix | Регулятивные: |
| | | 60 м. | | техники | метров; | | Умение организовать |
| | | Прыжок в | | прыжков в | выполнять | нормах. | |
| | | длину с | | длину с | прыжков в | | самостоятельную |
| | | места. | | места. | длину с | Daa | деятельность с учетом |
| | | | | | места. | Развитие | требований ее |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | безопасности, |
| 2 | | упражнени | анный | ование | выполнять | этических | сохранности |
| | | я. | | техники | комплекс | | инвентаря и |
| | | Медленны | | метания | ОРУ; | чувств, | оборудования, |
| | | й бег. О.Р.У. | | мяча. | выполнять | | организации мест |
| | | Метание м | | Развитие скоростно- | метание | доброжелатель | занятий. |
| | | яча. | | скоростно- | мяча на дальность. | доорожелатель | Умение |
| | | лча. Подниман | | качеств. | Ambilocis. | | |
| | | ие и | | ina reerb. | | ности и | характеризовать, |
| | | опускание | | | | | выполнять задание в |
| | | туловища | | | | эмоционально- | соответствии с целью |
| | | за 30 | | | | · | и анализировать |
| | | секунд. | | | | нравственной | технику выполнения |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Развитие | Уметь: | правственной | упражнений, давать |
| 3 | | упражнени | анный | скоростно- | выполнять | | объективную оценку |
| | | я. | | силовых | комплекс | отзывчивости, | технике выполнения |
| | | Медленны | | качеств. | ОРУ; бегат | | упражнений на основе |
| | | й бег. О.Р.У. | | Развитие | ь на | понимания и | освоенных знаний и |
| | | О.Р.У. Наклон | | выносливост и. | средние дистанции. | | имеющегося опыта. |
| | | вперед из | | и. | дистанции. | сопереживания | Умение технически |
| | | положения | | | | Сопереживания | |
| | | сед на | | | | | правильно выполнять |
| | | полу; | | | | чувствам | двигательные |
| | | сгибание и | | | | | действия из базовых |
| | | разгибание | | | | других людей. | видов спорта, |
| | | рук в | | | | | использовать их в |
| | | упоре | | | | | игровой и |
| | | лежа. Бег | | | | | соревновательной |
| _ | <u> </u> | на 500 м. | I/ | 37 | 37 | - | деятельности. |
| 9 4 | | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | | Умение планировать |
| 4 | | упражнени я. | | прыжков в | выполнять | Формирование | собственную |
| | | я. Медленны | | длину с места. | комплекс ОРУ; | | J |
| | | й бег. | | Совершенств | выполнять | эстетических | деятельность, |
| | | О.Р.У. | | ование | прыжков в | | распределять нагрузку |
| | | Прыжок в | | техники | длину с | потребностей, | и отдых в процессе ее |
| | | длину с | | метания | места; | inorpeomocien, | выполнения. |
| | | места. Ме | | мяча. | выполнять | J | Умение видеть |
| | | тание мяч | | | метание | ценностей и | красоту движений, |
| | | a. | | | мяча на | | выделять и |
| \vdash | | | TZ . C | | дальность | чувств. | обосновывать |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | эстетические |
| 5 | | упражнени | анный | ование | выполнять | | признаки в движениях |
| | | я. Медленны | | прыжков в | комплекс ОРУ; | | и передвижениях |
| | <u> </u> | титеНиениы | | прыжков в | Ur J, | l . | птередымения |

| | | , | | | | | |
|---|--|----------------|------------|-------------------|-----------------------|------------------|-----------|
| | | й бег. | | длину с | выполнять | Формирование | человека. |
| | | О.Р.У. | | разбега. | прыжков в | | |
| | | Прыжок в | | Развитие | длину с | | |
| | | длину с | | скоростно- | разбега. | и проявление | |
| | | разбега. | | силовых | | | |
| | | Подниман | | качеств. | | положительных | |
| | | ие и | | | | | |
| | | опускание | | | | | |
| | | туловища | | | | качеств | |
| | | за 30 | | | | | |
| | | секунд. | | | | личности, | |
| 9 | | Строевые | Контроль | Учет техники | Уметь: | , viii iiioeiii, | |
| 6 | | упражнени | Контроль | метания | выполнять | | |
| " | | я. | | мяча. | комплекс | дисциплиниров | |
| | | м. Медленны | | мяча. Развитие | ОРУ; | | |
| | | | | | | DITTO CTI | |
| | | й бег. | | скоростно- | выполнять | анности, | |
| | | О.Р.У. | | СИЛОВЫХ | метание | | |
| | | Метание м | | качеств. | мяча на | трудолюбия и | |
| | | яча. | | | дальность. | | |
| | | Наклон | | | | | |
| | | вперед из | | | | упорства в | |
| | | положения | | | | | |
| | | сед на | | | | достижении | |
| | | полу; | | | | достижении | |
| | | сгибание и | | | | | |
| | | разгибание | | | | поставленной | |
| | | рук в | | | | | |
| | | упоре | | | | 110 111 | |
| | | лежа. | | | | цели. | |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Совершенств | Уметь: | | |
| 7 | | упражнени | анный | ование | выполнять | | |
| | | я. | | техники | комплекс | | |
| | | Медленны | | прыжков в | ОРУ;выпол | | |
| | | й бег. | | длину с | нять | | |
| | | О.Р.У. | | разбега. | прыжков в | | |
| | | Прыжок в | | Развитие | длину с | | |
| | | длину с | | выносливост | разбега. | | |
| | | разбега. | | | Бегать на | | |
| | | Бег на 500 | | и. | средние | | |
| | | | | | средние дистанции. | | |
| | | M. | V 0 1 6 | Da | | 1 | |
| 9 | | Строевые | Комбиниров | Развитие | Уметь: | | |
| ° | | упражнени | анный | скоростно- | выполнять | | |
| | | я. | | СИЛОВЫХ | комплекс | | |
| | | Медленны | | качеств. | ОРУ; | | |
| | | й бег. | | | выполнять | | |
| 1 | | О.Р.У. | | | силовые | | |
| 1 | | Подниман | | | упражнения | | |
| 1 | | ие и | | | • | | |
| 1 | | опускание | | | | | |
| 1 | | туловища | | | | | |
| 1 | | за 30 | | | | | |
| | | секунд. | | | | | |
| | | Наклон | | | | | |
| | | вперед из | | | | | |
| | | положения | | | | | |
| 1 | ı | сед на | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | полу; | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | полу; | | | | | |

| рук в | |
|---|----------|
| упоре | |
| лежа. | |
| | меть: |
| 9 упражнени анный ование вып | олнять |
| я. техники ком | плекс |
| Медленны прыжков в ОРУ | ; выпо |
| й бег. длину с л | НЯТЬ |
| О.Р.У. разбега. пры | жков в |
| Прыжок в Способствов дл. | ину с |
| длину с ать развитию раз | вбега. |
| разбега. физических 3 | нать |
| Подвижны качеств в пра | авила |
| е игры с игре. и | гры. |
| элементам | - |
| и легкой | |
| атлетики. | |
| 1 Строевые Комбиниров Развитие Уг | иеть: |
| | ОЛНЯТЬ |
| | плекс |
| Медленны Способствов ОРУ | ; Бегать |
| | редние |
| 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 | анции. |
| 1 | нать |
| | авила |
| | гры. |
| элементам | • |
| и легкой | |
| атлетики. | |
| 1 Строевые Контроль Учет техники Уг | иеть: |
| 0 упражнени прыжков в вып | олнять |
| | плекс |
| 1 1 1 1 1 | РУ; |
| ا سَا ا ا ا | олнять |
| О.Р.У. ать развитию пры | жков в |
| Прыжок в физических дл | ину с |
| длину с качеств в раз | вбега. |
| разбега. игре. 3: | нать |
| Подвижны пра | авила |
| | гры. |
| элементам | |
| и легкой | |
| атлетики. | |
| 1 Строевые Контроль Учет бега на Уг | иеть: |
| | олнять |
| | плекс |
| Медленны ОРУ | ; Бегать |
| | редние |
| 1 | анции. |
| на 1500 м. | |

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич Москва «Просвещение» 2011.

Учебники:

- 1. Лях, В. И. Физическая культура: 1-4 кл. М.: Просвещение, 2013 г.
- 2. Мой друг-физкультура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях М. «Просвещение», 2011.
- 3. Ура, физкультура! 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев М.«Просвещение», 2010