

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гэгэтуйская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на педсовете	зам.директора по УВР	директор
Протокол № 1	<u>Райз</u> /Хадагаева Р.Г../	<u>Норбоев</u> /Норбоев П.Д../
« <u>20</u> » <u>августа</u> 201 <u>8</u> г.	« <u>20</u> » <u>августа</u> 201 <u>8</u> г.	Приказ № <u>1</u>
		« <u>31</u> » <u>августа</u> 201 <u>8</u> г.

Рабочая программа учебного предмета  
«Юридическая культура»  
Базовый уровень, \_\_\_ класс  
201\_201\_ учебный год

Учитель начальных классов  
I квалификационной категории  
МБОУ «Гэгэтуйская СОШ»  
Тамсакова Н.Б. (ФИО)

2018 год

Наименование учебного предмета: **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Класс: **2**

Уровень общего образования: **средняя общеобразовательная школа**

Учитель: **Галсанова Н.Б.**

Срок реализации программы, учебный год: **2018 -2019 учебный год**

Рабочую программу составила: **Галсанова Н.Б.**

Рабочая программа по физической культуре для 2 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО, «Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России»; Примерной образовательной программы начального общего образования; авторской программы В. И. Лях Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1—4 классы, Москва. Просвещение, учебного плана школы.

### **Цели и задачи курса:**

**Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих **задач**:

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

### **Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

Федеральный базисный (образовательный) учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации (вариант 3) предусматривает обязательное изучение физической культуры на этапе начального общего образования во 2 классе в объеме 102 часов.

### **УМК**

- Лях В. И. Физическая культура. Учебник. 1-4 классы. Москва. Просвещение. 2016 г.
- Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1 – 4 классы. Москва. Просвещение. 2014 г.
- Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1 – 4 классы. Москва. Просвещение, 2014 г.
- Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 2 класс. Москва. ВАКО, 2015 г.
- «Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев. Москва. ВАКО, 2009 г.

### **Результаты изучения курса**

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

#### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

#### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Раздел 2**

#### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

Содержание программы направлено на создание условий для развития личности ребенка, мотивации к познанию, творчеству и приобщению к общечеловеческим ценностям, укрепления психического и физического здоровья.

Программа включает в себя следующие компоненты: уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, внеклассные физкультурно-массовые мероприятия.

Содержание программы состоит из двух частей – базовой и дифференцированной (вариативной).

Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей учащихся, а также учета особенности режима работы общеобразовательного учреждения.

Со 2 класса учащиеся поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия базового и вариативного содержания программы до уровня умений.

#### **В базовую часть входят:**

##### **Социально-психологические основы.**

- Понимание учащимися значения физических упражнений для укрепления здоровья, значения соблюдения режима дня, проведения утренней зарядки и соблюдения требований личной гигиены.
- Соединение понимания и правильного выполнения упражнений для освоения техники видов в ходьбе, беге, прыжках и метаниях через подвижные игры.
- Создание установки или общей мотивации учебной деятельности.

##### **Приемы закаливания.**

Постепенный подход к закаливанию (воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры).

##### **Естественные основы знаний.**

Уметь измерять пульс, вес, рост.

Выполнять движения с предметами и без предметов с различной интенсивностью и измененными ситуациями.

### **Оздоровительная деятельность со спортивной направленностью.**

Гимнастика с элементами акробатики (строевые действия в шеренге, повороты, размыкания, расчеты), упражнения в группировке (кувырки вперед и назад), лазания по наклонной и вертикальной лестнице, подлазания и перелезания.

#### **Легкая атлетика.**

Бег с высокого старта, изменение темпа бега, прыжки с запрыгиванием вверх и спрыгиванием вниз, метание малого мяча в цель и на дальность, бег на выносливость.

#### **Подвижные и спортивные игры.**

Изучение элементов игр в футбол, выполнение упражнений на развитие кондиционных и координационных способностей, создание командного духа, выработка лидерских качеств.

Общеразвивающие упражнения для выработки физических качеств, развития активности, мышления, координации.

#### **Вариативная часть включает в себя:**

##### **Изучение элементов игры в мини-футбол:**

- ведение мяча различными способами;
- передачи мяча;
- удары по мячу;
- технические приемы с мячом;
- правила игры по мини-футболу.

##### **Разучивание спортивной игры «Русская лапта»:**

- правила игры;
- удары битой по мячу;
- ловля мяча с лету;
- бросок мячом в бегущего противника.

### **Требования к уровню подготовки учащихся к концу 2 класса**

#### **В результате освоения программного материала ученик получит знания:**

- о правилах закаливания организма, его значении в укреплении здоровья;
- о терминологии изучаемых видов школьной программы;
- о правилах предупреждения травматизма.

#### **Научится:**

- проводить самостоятельно комплексы утренней зарядки;
- проводить подвижные игры во внеурочной деятельности;
- измерять длину и массу тела, уровень развития основных физических качеств.

В программе В.И. Ляха программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой).

### **Раздел 3**

№	Тема урока	Количество часов
1.	Правила поведения и техника безопасности на уроке физкультуры	1
2.	<b>Лёгкая атлетика.</b> Обучение высокому старту в беге на 30 м и в беге на длинные дистанции.	1
3.	<b>Лёгкая атлетика.</b> Обучение высокому старту в беге на 30 м и в беге на длинные дистанции.	1
4.	Тестовые упражнения в прыжках с места и в отжимании	1
5.	Тестовые упражнения в прыжках с места и в отжимании	1
6.	Тестовое упражнение в беге на 30 м, 500 м. Метание малого мяча	1
7.	Тестовые упражнения: «Челночный бег», «Бросок мяча из-за головы стоя»	1
8.	Высокий старт в беге на 30 м. Набор скорости по дистанции	1
9.	Метание малого мяча на дальность с поворотом на месте	1

10.	Метание малого мяча на дальность с поворотом на месте	1
11.	Развитие скорости в беге на короткие дистанции. Метание мяча с поворотом с одного шага	1
12.	Развитие скорости в беге на короткие дистанции. Метание мяча с поворотом с одного шага	1
13.	Многоскоки в длину. Метание с двух шагов	1
14.	Передача мяча внутренней стороной стопы	1
15.	Передача мяча внутренней стороной стопы	1
16.	Метание мяча с поворотом с 2-х шагов. Правила игры в «Русскую лапту»	1
17.	Передача мяча внутренней стороной стопы	1
18.	Прыжки со скакалкой. Упражнения на гибкость.	1
19.	Остановка и передача мяча, силовое многоборье	1
20.	Строевая подготовка – повороты в шеренге, расчет на первый, второй. Метание в цель	1
21.	Повторение передачи и остановки мяча в мини-футболе.	1
22.	Повторение строевой подготовки в шеренге и в колонне. Развитие быстроты в эстафетах	1
23.	Бросок набивного мяча двумя руками стоя	1
24.	Бросок набивного мяча двумя руками стоя	1
25.	Метание малого мяча на дальность.	1
26.	Подвижная игра: «Русская лапта» Правила игры	1
27.	Закрепление навыка в строевой подготовке (повороты в шеренге).	1
28.	Ведение и остановка мяча. Подвижная игра «Осаль меня»	1
29.	Перестроения в шеренге. Эстафеты с большими мячами. Игра – «Смена мест»	1
30.	Перестроения в шеренге. Эстафеты с большими мячами. Игра – «Смена мест»	1
31.	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра: «Салки с приседанием»	1
32.	Метание мяча в цель. Игра «Кто дальше выбьет кеглю»	1
33.	История создания современных Олимпийских игр	1
34.	Ведение мяча по прямой внешней частью стопы. Подвижная игра «Отними мяч»	1
35.	Ведение мяча по прямой внешней частью стопы. Подвижная игра «Отними мяч»	1
36.	Прыжки вверх на горку из гимнастических матов и вниз. Подвижная игра – «Волк во рву»	1
37.	Развитие гибкости и координации в упражнениях с большими мячами	1
38.	Передача мяча в движении и остановка	1
39.	Удар по катящемуся мячу справа и слева	1
40.	Удар по катящемуся мячу справа и слева	1
41.	Ведение мяча правой и левой ногой по прямой. Подвижная игра «Обмани противника»	1

42.	Выполнение ударов после остановки	1
43.	Выполнение ударов после остановки	1
44.	Выполнение ударов после остановки	1
45.	Выполнение ударов после ведения мяча. Удары в цели (игра на развитие глазомера)	1
46.	Удары по воротам на точность. Игра «Повтори за мной»	1
47.	Совершенствование навыка спуска в высокой стойке	1
48.	Ведение мяча правой и левой ногами поочередно по прямой	1
49.	Ведение мяча правой и левой ногами поочередно по прямой	1
50.	Встречные эстафеты по прямой с предметами	1
51.	Удары по мячу с ходу в движении	1
52.	Ведение мяча правой и левой ногами, меняя направление движения	1
53.	Ведение мяча правой и левой ногами, меняя направление движения	1
54.	Закрепление навыка ведения мяча, передачи, ударов по воротам в двусторонней игре	1
55.	<b>Гимнастика:</b> Лазание и перелезание	1
56.	<b>Гимнастика:</b> Лазание и перелезание	1
57.	Спортивная игра «Русская лапта». Правила игры, расстановка участников игры	1
58.	Упражнения в равновесии, комплекс упражнений на полу	1
59.	Упражнения в равновесии, комплекс упражнений на полу	1
60.	Развитие осанки, повторение строевых приемов: размыкание, перестроение, смыкание.	1
61.	Техника безопасности на уроках по подвижным играм	1
62.	Гимнастика – развитие гибкости, ловкости. Упражнения с гимнастической лавочкой	1
63.	Подвижные игры с мячами (прокат и ловля двумя руками)	1
64.	Развитие ловкости и координации в подвижных играх	1
65.	Гимнастика – акробатические упражнения на развитие гибкости	1
66.	Развитие быстроты и ловкости в подвижных играх с баскетбольными мячами	1
67.	Гимнастика – акробатические упражнения, силовые элементы в укреплении и развитии ловкости и силы	1
68.	Развитие координации в подвижных играх посредством упражнений с мячами. Игра «Метков цель»	1
69.	Развитие координации и быстроты движения, мышления в подвижных играх «Мяч капитану», «Освободись от мяча»	1
70.	Развитие быстроты мышления в подвижных играх. «Мяч капитану», «Борьба за мяч»	1
71.	Развитие координации на подвижных играх: «Кто больше?», «Передача мячей»	1
72.	Спортивная игра «Русская лапта». Удар и ловля мяча	1
73.	Спортивная игра «Русская лапта». Удар и ловля мяча	1

74.	Подвижные игры – урок-соревнование в эстафетах с мячом	1
75.	Развитие координации и ловкости в подвижных играх: «Бег лошадок», «Переправа»	1
76.	Спортивная игра «Русская лапта». Ловля и осаливание игроков противника мячом	1
77.	Подвижные игры с мячами – «Мяч соседу», «Порази цель»	1
78.	Подвижные игры на развитие быстроты и реакции мышления: «Найди свой предмет», «Наведи порядок»	1
79.	<b>Легкая атлетика</b> – прыжки в высоту и из положения полуприседа.	1
80.	<b>Легкая атлетика</b> – прыжки в высоту и из положения полуприседа.	1
81.	Подвижная игра на развитие быстроты и смекалки: «Бег по станциям», «Займи свое место»	1
82.	Подвижные игры на внимание и быстроту мышления: «Мяч в колонне», «Смена мест»	1
83.	<b>Легкая атлетика</b> – Метание мяча на дальность отскока от стены	1
84.	Подвижные игры на развитие прыгучести и быстроты движения: «Солнышко», «На перегонки со скакалкой»	1
85.	Развитие быстроты в занятиях по легкой атлетике. Бег с форой, челночный бег, бег с горы.	1
86.	Развитие быстроты в занятиях по легкой атлетике. Бег с форой, челночный бег, бег с горы.	1
87.	Развитие координации и скорости мышления во встречных эстафетах. «Переправа», «Кто раньше»	1
88.	Подвижные игры для развития гибкости и ловкости: «Защита укреплений», «Кошки и мышки»	1
89.	<b>Легкая атлетика</b> – развитие выносливости в беге на длинные дистанции	1
90.	Метание мяча с места, развитие скорости. Игра «Мяч не теряй» (решение частных задач)	1
91.	Развитие быстроты в беге на короткие дистанции. «Встречные эстафеты»	1
92.	<b>Легкая атлетика</b> – развитие прыгучести и развитие силы ног в прыжках. Игра «Кенгуру»	1
93.	<b>Легкая атлетика.</b> Развитие выносливости в беге на длинные дистанции. Развитие силы в упражнениях с набивными мячами	1
94.	<b>Легкая атлетика</b> – метание мяча с места с поворотом. Игра «Мяч соседу»	1
95.	Метание мяча на дальность, метание в цель.	1
96.	<b>Легкая атлетика</b> – бег. Эстафета 4–50 м. Силовые упражнения с мячами.	1
97.	<b>Легкая атлетика</b> – бег. Эстафета 4–50 м. Силовые упражнения с мячами.	1
98.	<b>Тестовые упражнения</b> – бег 30 м, подтягивание и отжимание (контроль знаний)	1
99.	<b>Тестовые упражнения</b> – челночный бег, прыжки в длину с места (контроль знаний)	1
100	<b>Тестовые упражнения</b> – бросок набивного мяча, бег 1000 м (контроль знаний)	1
101	Подвижные игры с мячом	1
102	Подвижные игры	1

### Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Дата		Тема, тип урока	Планируемые результаты в соответствии (с ФГОС)			
	план	факт		понятия	предметные результаты	универсальные учебные действия (УУД)	личностные результаты
1.			Правила поведения и техника безопасности и на уроке физкультуры	Правила поведения и техника безопасности	<b>Научиться</b> выполнять правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры, быстро и точно реагировать на сигналы, владеть школой движений	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>контроль и самоконтроль</i> –использовать установленные правила в контроле способа решений; <i>оценка</i> – выделять и формулировать усвоенный материал. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач	<b>Самоопределение:</b> осознание ответственности человека за общее благополучие
2.			<b>Лёгкая атлетика.</b> Обучение высокому старту в беге на 30 м и в беге на длинные дистанции.	Команды : «На старт», «Внимание», «Марш». Перекладина, положение рук в подъеме из положения <i>вис лежа</i>	<b>Научиться</b> выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам: «Внимание», «Марш», «На старт», подтягиваться прямым хватом рук	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
3.			<b>Лёгкая атлетика.</b> Обучение высокому старту	Команды : «На старт», «Внимание», «Ма	<b>Научиться</b> выполнять действия (упражнения) по образцу, по командам:	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> –	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b>



			в беге на 30 м и в беге на длинные дистанции.	рш». Перекладина, положение рук в подъеме из положения <i>вис лежа</i>	«Внимание», «Марш», «На старт», подтягиваться прямым хватом рук	ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач	самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
4.			Тестовые упражнения в прыжках с места и в отжимании	Прыжок в длину с места. Отжимание от лавочки в положении лежа	<b>Научиться</b> правильно выполнять прыжок в длину с места и отжимание от лавочки в положении лежа	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов
5.			Тестовые упражнения в прыжках с места и в отжимании	Прыжок в длину с места. Отжимание от лавочки в положении лежа	<b>Научиться</b> правильно выполнять прыжок в длину с места и отжимание от лавочки в положении лежа	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели и функции участников, способы взаимодействия; задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению, не создавать конфликтов

6.			Тестовое упражнение в беге на 30 м, 500 м. Метание малого мяча	Выносили вость, темп бега, финиш. Метание мяча на дальность	<b>Научиться</b> выполнять бег на выносливость, распределять силы по всей дистанции 500 м, демонстрировать вариативное выполнение метательных упражнений, правильно метать мяч с поворота	<b>Регулятивные:</b> планирование—выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные—применять правила и пользоваться инструкциями и освоенными закономерностями; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – слушать собеседника; договариваться о совместных функциях координации действий	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире. <b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности, находить выходы из трудных ситуаций
7.			Тестовые упражнения : «Челночный бег», «Бросок мяча из-за головы стоя»	Челночный бег, кубики, секундомер, набивной мяч	<b>Научиться</b> старту в беге, правильному касанию кубиков и поворотам; правильному положению в метании мяча	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные– ориентироваться в разнообразии способов решения задач; знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и учебных задач	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности, выбирать наиболее эффективные способы решения задач
8.			Высокий старт в беге на 30 м. Набор скорости по дистанции	Высокий старт, набор скорости и финиш	<b>Научиться</b> правильно выполнять положение во время старта и набирать скорость бега по всей дистанции, быть выносливым, описывать технику выполнения беговых упражнений	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль– осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач; моделировать, то есть выделять и обобщенно фиксировать существенные признаки объектов с целью решения конкретных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – проявлять активность во взаимодействии; определять общую цель и пути её достижения; осуществлять взаимный контроль; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки
9.			Метание малого мяча на	Основная стойка, шаги на	<b>Научиться</b> правильно выполнять исходное	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная

			дальность с поворотом на месте	три счета, поворот с метанием, угол вылета мяча	положение для метания и метание с поворотом	оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество	ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
10.			Метание малого мяча на дальность с поворотом на месте	Основная стойка, шаги на три счета, поворот с метанием, угол вылета мяча	<b>Научиться</b> правильно выполнять исходное положение для метания и метание с поворотом	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
11.			Развитие скорости в беге на короткие дистанции. Метание мяча с поворотом с одного шага	Поддержание скорости во время бега, положение корпуса и работа рук в метании мяча	<b>Научиться</b> набирать скорость после старта и поддерживать по всей дистанции; правильно выполнять структуру движения от ног до кисти руки в метании	<b>Регулятивные:</b> планирование – определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить монологическое высказывание, слушать собеседника	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
12.			Развитие скорости в беге на короткие дистанции. Метание мяча с поворотом с одного шага	Поддержание скорости во время бега, положение корпуса и работа	<b>Научиться</b> набирать скорость после старта и поддерживать по всей дистанции; правильно выполнять структуру движения от ног	<b>Регулятивные:</b> планирование – определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности

				рук в метании мяча	до кисти руки в метании	монологическое высказывание, слушать собеседника	
13.			Многоскоки в длину. Метание с двух шагов	Многоск оки в длину. Шаги в метании	<b>Научиться</b> правильно выполнять несколько шагов в прыжке в длину; сочетание шагов (2 шага) в метании мяча	<b>Регулятивные:</b> планирование – составлять план и последовательность действий. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков с целью решения конкретных задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения познавательных задач	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности и самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
14.			Передача мяча внутренней стороной стопы	Постанов ка стопы, «щечка», мини- футбольн ый мяч	<b>Научиться</b> правильно разворачивать стопу для передачи и принимать исходное положение для передачи	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и ответственность за свои поступки
15.			Передача мяча внутренней стороной стопы	Постанов ка стопы, «щечка», мини- футбольн ый мяч	<b>Научиться</b> правильно разворачивать стопу для передачи и принимать исходное положение для передачи	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и ответственность за свои поступки
16.			Метание мяча с поворотом с 2-х шагов. Правила игры в «Русскую лапту»	Техника поворота в метании, игра «Русская лапта»	<b>Научиться</b> правильному выполнению шагов с поворотом в метании мяча, выучить правила игры в «Русскую лапту»	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. <b>Познавательные:</b> знаково-символическиесредства – использовать знаково-символические средства для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – задавать вопросы и принимать решения	<b>Смыслообразование</b> <b>ие:</b> самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности
17.			Передача мяча внутренней	Постанов ка стопы, «щечка»,	<b>Научиться</b> правильно разворачивать стопу	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать и	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и ответственность

			стороной стопы	мини-футбольный мяч	для передачи и принимать исходное положение для передачи	оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	за свои поступки
18.			Прыжки со скакалкой. Упражнения на гибкость.	Горка со скакалкой, развитие гибкости	<b>Научиться</b> правильно выполнять прыжки на двух ногах со скакалкой, упражнения на гибкость на полу	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания; использовать речь для регуляции своего действия	<b>Самоопределение:</b> установка на здоровый образ жизни, мотивация учебной деятельности
19.			Остановка и передача мяча, силовое многоборье	Остановка мяча, силовое многоборье	<b>Научиться</b> правильно останавливать мяч стопой и после проката выполнять передачу мяча обратно, выполнять упражнения силового многоборья	<b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации из различных источников. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> навыки сотрудничества в разных ситуациях, находить выходы из разных ситуаций
20.			Строевая подготовка – повороты в шеренге, расчет на первый, второй. Метание в цель	Команды : «направо», «налево». Предварительная и исполнительная команда; размер цели и расстояния до	<b>Научиться</b> выполнять повороты по предварительной и исполнительной командам; правильно принимать положение в метании	<b>Регулятивные:</b> планирование – определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<b>Смыслообразование:</b> ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем, активизация сил и энергии к волевому усилению в ситуации мотивационного конфликта

				цели			
21.			Повторение передачи и остановки мяча в мини-футболе.	Чувство мяча во время выполнения упражнений и остановок и передачи мяча	<b>Научиться</b> технически правильно выполнять элементы мини-футбола, упражнения в эстафете на координацию и мышление	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности конкретного результата при решении учебно-практических задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные– выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
22.			Повторение строевой подготовки в шеренге и в колонне. Развитие быстроты в эстафетах	Расчет в шеренге и в колонне, эстафеты на развитие быстроты	<b>Научиться</b> четко, быстро, правильно выполнять строевые приемы	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> логические – строить рассуждения; анализировать, обобщать. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
23.			Бросок набивного мяча двумя руками стоя	Набивной мяч, основная стойка в броске, понятия <i>координация</i> и <i>сила</i>	<b>Научиться</b> принимать правильное положение во время броска и обращать внимание на постепенное включение в работу ног, туловища рук и завершение упражнениями кистями	<b>Регулятивные:</b> планирование – составлять план и последовательность действий, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – осуществлять контроль за работой членов команды и координировать свои действия	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире, мотивация учебной деятельности, установка на здоровый образ жизни
24.			Бросок набивного мяча двумя	Набивной мяч, основная	<b>Научиться</b> принимать правильное	<b>Регулятивные:</b> планирование – составлять план и последовательность действий, выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в

			руками стоя	стойка в броске, понятия <i>координация</i> и <i>сила</i>	положение во время броска и обращать внимание на постепенное включение в работу ног, туловища рук и завершение упражнениями кистями	реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задачи, самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять контроль за работой членов команды и координировать свои действия	динамично изменяющемся мире, мотивация учебной деятельности, установка на здоровый образ жизни
25.			Метание малого мяча на дальность.	Верхний плечевой пояс, отскок от стены	<b>Научиться</b> правильно метать мяч с отскоком от стены	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения учебно-практических и познавательных задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успеха в учебной деятельности
26.			Подвижная игра: «Русская лапта» Правила игры . <b>НРК</b>	Подвижные игры, изменение скорости и направления	<b>Научиться</b> выполнять правила игры, изменять направление движения, выполнять обманные движения	<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые изменения в способ действия. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – строить монологическое высказывание	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтных ситуаций и находить выходы из спорных ситуаций
27.			Закрепление навыка в строевой подготовке (повороты в шеренге).	Повороты на левой пятке и правом носке и наоборот, понятия: <i>ловкость</i> ,	<b>Научиться</b> правильно и четко выполнять упражнения при поворотах и осмысливать свои действия при выполнении упражнений на	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности

				изменени е направле ния движени я	ЛОВКОСТЬ		
28.			Ведение и остановка мяча. Подвижная игра «Осальменя»	Внутренняя и внешняя часть стопы, ос-тановка подошво й	<b>Научиться</b> правильному выполнению элемента – ведение и остановка мяча	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – выполнять учебные действия в материализованной, громкоречевой и умственной формах. <b>Познавательные:</b> общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни
29.			Перестроения в шеренге. Эстафеты с большими мячами. Игра – «Смена мест»	Правильное выполнение упражнения на три счета	<b>Научиться</b> правильно и четко выполнять перестроения в шеренге	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с учителем	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
30.			Перестроения в шеренге. Эстафеты с большими мячами. Игра – «Смена мест»	Правильное выполнение упражнения на три счета	<b>Научиться</b> правильно и четко выполнять перестроения в шеренге	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные – осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с учителем	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
31.			Прыжки со скакалкой. Подвижная игра:	Правильное выполнение	<b>Научиться</b> четко и правильно выполнять прыжки; тренировать умения	<b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <b>Познавательные:</b> общеучебные – использовать общие	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности



			«Салки с приседанием»	прыжков на двух ногах	по развитию прыгучести	приемы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы; обращаться за помощью; выражать свои затруднения; предлагать свою помощь	учебной деятельности
32.			Метание мяча в цель. Игра «Кто дальше выбьет кеглю»	Положение туловища, положение мяча в руке	<b>Научиться</b> правильно принимать положение туловища и руки при метании в цель	<b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – использовать речь для регуляции своего действия	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению
33.			История создания современных Олимпийских игр. <b>НРК</b>	Олимпийские игры, атрибуты – эмблема, флаг, гимн	<b>Знать</b> историю современных Олимпийских игр, олимпийскую атрибутику, олимпийские виды спорта, отечественных чемпионов Олимпийских игр	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – выполнять учебные действия в гипермедийной, громкоречевой и умственной формах; адекватно использовать речь для регуляции своей деятельности. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок). <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – строить монологические высказывания	<b>Самоопределение:</b> социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам
34.			Ведение мяча по прямой внешней частью стопы. Подвижная игра «Отними мяч»	Внешняя часть стопы, правила игры «Отними мяч»	<b>Научиться</b> правильно выполнять ведение мяча внешней частью стопы	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, объяснять свои затруднения	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению
35.			Ведение мяча по прямой внешней	Внешняя часть стопы, правила	<b>Научиться</b> правильно выполнять ведение мяча внешней	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – использовать общие	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное

			частью стопы. Подвижная игра «Отними мяч»	игры «Отними мяч»	частью стопы	приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, объяснять свои затруднения	отношение к другому мнению
36.			Прыжки вверх на горку из гимнастических матов и вниз. Подвижная игра – «Волк во рву»	Прыжки вверх и вниз. Правила игры «Волк во рву»	<b>Научиться</b> правильно прыгать вверх, соблюдая технику безопасности	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности
37.			Развитие гибкости и координации и в упражнениях с большими мячами	Большие мячи – утяжеленные (2 кг). Соблюдение правил техники безопасности	<b>Научиться</b> правильно выполнять упражнения с тяжелыми мячами для развития гибкости и координации, соблюдать правила техники безопасности	<b>Регулятивные:</b> контроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; <b>знаково-символические средства:</b> использовать модели и схемы для решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Самоопределение:</b> установка на здоровый образ жизни и реализация её в реальном поведении и поступках; выраженная устойчивая учебно-познавательная мотивация учения
38.			Передача мяча в движении и остановка	Движение мяча и передача в движении и напарнику	<b>Научиться</b> выполнять передачу в движении и принимая передачу, остановить мяч	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности получения результата при решении задач. <b>Познавательные:</b> логические – подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения; инициативное сотрудничество – аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнеров в	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности

						сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности	
39.			Удар по катящемуся мячу справа и слева	Техника ударов по мячу	<b>Научиться</b> правильному выполнению ударов по мячу правой и левой ногой	<i><b>Регулятивные:</b> коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <i><b>Познавательные:</b> логические</i> – подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <i><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i><b>Смыслообразование:</b></i> мотивация учебной деятельности
40.			Удар по катящемуся мячу справа и слева	Техника ударов по мячу	<b>Научиться</b> правильному выполнению ударов по мячу правой и левой ногой	<i><b>Регулятивные:</b> коррекция</i> – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <i><b>Познавательные:</b> логические</i> – подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <i><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i><b>Смыслообразование:</b></i> мотивация учебной деятельности
41.			Ведение мяча правой и левой ногой по прямой. Подвижная игра «Обмани противника»	Ведение правой и левой ногой внутренней и внешней частью стопы	<b>Научиться</b> правильному ведению мяча по прямой	<i><b>Регулятивные:</b> саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения поставленных задач. <i><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить монологическое высказывание	<i><b>Самоопределение:</b></i> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
42.			Выполнение ударов после остановки	Подъем стопы, подведение стопы под мяч	<b>Научиться</b> правильно выполнять удар подъемом стопы по неподвижному мячу	<i><b>Регулятивные:</b> планирование</i> – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – самостоятельно выбирать и формулировать познавательную цель. <i><b>Коммуникативные:</b></i> осуществлять взаимоконтроль и оценивать выполнение приема	<i><b>Самоопределение:</b></i> самостоятельность и ответственность за показанный результат
43.			Выполнение ударов после	Подъем стопы, подведен	<b>Научиться</b> правильно выполнять удар	<i><b>Регулятивные:</b> планирование</i> – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата.	<i><b>Самоопределение:</b></i> самостоятельность и ответственность

			остановки	ие стопы под мяч	подъемом стопы по неподвижному мячу	<b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выбирать и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> осуществлять взаимоконтроль и оценивать выполнение приема	за показанный результат
44.			Выполнение ударов после остановки	Подъем стопы, подведение стопы под мяч	<b>Научиться</b> правильно выполнять удар подъемом стопы по неподвижному мячу	<b>Регулятивные:</b> планирование – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выбирать и формулировать познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> осуществлять взаимоконтроль и оценивать выполнение приема	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и ответственность за показанный результат
45.			Выполнение ударов после ведения мяча. Удары в цели (игра на развитие глазомера)	Удар по катящемуся мячу, ориентиры для отработки ударов	<b>Научиться</b> правильной постановке стопы для выполнения ударов по мячу	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – использовать речь для регуляции своего действия. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать процесс и результат деятельности; само-стоятельно создавать алгоритмы своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности; <b>нравственно-этическая ориентация:</b> навыки сотрудничества в разных ситуациях
46.			Удары по воротам на точность. Игра «Повтори за мной»	Точность попадания, ориентир, цель	<b>Научиться</b> правильно и точно попадать в цель, в ворота	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – выделять и фиксировать признаки объектов с целью решения конкретной учебно-познавательной задачи. <b>Коммуникативные:</b> планирование – определять цели, функции деятельности участников, способы решения задачи	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
47.			Совершенствование навыка спуска в высокой	Высокая стойка, спуск	<b>Научиться</b> работать над совершенствованием навыка спуска в высокой стойке при	<b>Регулятивные:</b> контроль – использовать установленные правила в способе решения поставленной задачи. <b>Познавательные:</b> общеучебные– ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество –	<b>Самоопределение:</b> принятие образа «хорошего ученика»; познавательный

			стойке		многократном повторении	ставить вопросы; обращаться за помощью; формулировать свои затруднения	интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи
48.			Ведение мяча правой и левой ногами поочередно по прямой	Ведение мяча ногами поочередно	<b>Научиться</b> правильно вести мяч правой и левой ногой по прямой	<i><b>Регулятивные:</b> целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i><b>Коммуникативные:</b> планирование</i> – задавать вопросы для организации своей деятельности; слушать и понимать собеседника	<b>Самоопределение</b> : принятие образа «хорошего ученика»
49.			Ведение мяча правой и левой ногами поочередно по прямой	Ведение мяча ногами поочередно	<b>Научиться</b> правильно вести мяч правой и левой ногой по прямой	<i><b>Регулятивные:</b> целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i><b>Коммуникативные:</b> планирование</i> – задавать вопросы для организации своей деятельности; слушать и понимать собеседника	<b>Самоопределение</b> : принятие образа «хорошего ученика»
50.			Встречные эстафеты по прямой с предметами	Передача эстафеты рукой	<b>Научиться</b> правильно выполнять скользящий шаг на скорости, ловка, быстро и четко передавать эстафету рукой	<i><b>Регулятивные:</b> коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия во время эстафеты. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i><b>Коммуникативные:</b> взаимодействие</i> – ставить вопросы и строить понятные для других высказывания	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>само-определение:</b> ус-тойчивое следование в поведении социальным нормам
51.			Удары по мячу с ходу в движении	Движение с мячом и удар по мячу	<b>Научиться</b> выполнять удар по мячу подъемом стопы целенаправленно по воротам	<i><b>Регулятивные:</b> планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений. <i><b>Познавательные:</b> общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения поставленной задачи. <i><b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции и способы взаимодействия	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни
52.			Ведение	Изменен	<b>Научиться</b> вести	<i><b>Регулятивные:</b> учебные действия</i> – выполнять учебные	<b>Смыслообразование</b>

			мяча правой и левой ногами, меняя направление движения	ие направле ния с мячом	мяч правой и левой ногой, изменяя направление движения	действия в материализованной форме, используя речь для регуляции своего действия. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения	<b>ие:</b> мотивация учебной деятельности
53.			Ведение мяча правой и левой ногами, меняя направление движения	Изменен ие направле ния с мячом	<b>Научиться</b> вести мяч правой и левой ногой, изменяя направление движения	<b>Регулятивные:</b> <i>учебные действия</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме, используя речь для регуляции своего действия. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения по-ставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения	<b>Смыслообразован ие:</b> мотивация учебной деятельности
54.			Закрепление навыка ведения мяча, передачи, ударов по воротам в двусторонне й игре	Двусторо нняя игра в футбол	<b>Научиться</b> выполнять элементы с мячом (ведение, передачи, удары по воротам)	<b>Регулятивные:</b> <i>контроль</i> – адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей по исправлению ошибок. <b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические средства</i> – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Смыслообразован ие:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
55.			<b>Гимнастик а:</b> Лазание и перелезание . НРК	Гимнасти ческая (шведска я) стенка, направле ния перелеза ния	<b>Научиться</b> лазанию и перелезанию хватом рук сверху на шведской стенке	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы для организации собственной деятельности	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
56.			<b>Гимнастик а:</b> Лазание и перелезание	Гимнасти ческая (шведска я) стенка,	<b>Научиться</b> лазанию и перелезанию хватом рук сверху на шведской стенке	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решений. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного</i>	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного

				направление перелезания		сотрудничества – задавать вопросы для организации собственной деятельности	отношения к школе
57.			Спортивная игра «Русская лапта». Правила игры, расстановка участников игры	Правила игры, расстановка игроков, размер площадки	<b>Научиться</b> определять правила игры для участников игры и расстановка их на площадке	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – выполнять учебные действия в материализованной и громкоречевой форме. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – договариваться о совместной деятельности и распределении функций участников игры	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия по ходу игры
58.			Упражнения в равновесии, комплекс упражнений на полу	Равновесие, осанка, положение рук	<b>Научиться</b> выполнять все упражнения четко и уверенно, составлять комбинации из числа разученных упражнений и выполнять их	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – использовать речь для регуляции своих действий. <b>Познавательные:</b> общеучебные– ориентироваться в разнообразии способов решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению и позиции
59.			Упражнения в равновесии, комплекс упражнений на полу	Равновесие, осанка, положение рук	<b>Научиться</b> выполнять все упражнения четко и уверенно, составлять комбинации из числа разученных упражнений и выполнять их	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – использовать речь для регуляции своих действий. <b>Познавательные:</b> общеучебные– ориентироваться в разнообразии способов решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению и позиции
60.			Развитие осанки, повторение строевых приемов:	Формирование знаний о пользе ежедневн	<b>Научиться</b> контролировать выполнение упражнений самостоятельно,	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть уровень знаний, его временных характеристик. <b>Познавательные:</b> логические – подведение под понятие на основе распознавания объектов выделения существенных признаков; подведение под правило; анализ, синтез,	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной

			размыкание перестроение, смыкание.	ых занятиях физкультурой и спортом	применять физические упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей	сравнение, сериация; классификация по заданным критериям, установление аналогий; установление причинно-следственных связей; построение рассуждения, обобщение. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; прогнозировать возникновение конфликтов при наличии разных точек зрения	деятельности
61.			Техника безопасности и на уроках по подвижным играм. <b>НРК</b>	Обеспечение безопасности, соблюдение правил игры	<b>Научиться</b> соблюдать правила поведения и технику безопасности на уроках по подвижным играм	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – выполнять учебные действия в громкоречевой и умственной формах; использовать речь для регуляции своего действия. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – строить монологическое высказывание; формулировать собственное мнение и позицию, задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
62.			Гимнастика – развитие гибкости, ловкости. Упражнения с гимнастической лавочкой	Техника подлаза и перелезания, используя гимнастическую лавочку	<b>Научиться</b> выполнять подлазы и перелезания, используя технику рук и ног	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. <b>Познавательные:</b> знаково-символические – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению и оказание помощи другим нуждающимся в этом
63.			Подвижные игры с мячами (прокат и ловля	Прокат и ловля мяча	<b>Научиться</b> правильно выпускать мяч из рук, катить мяч точно напарнику,	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения поставленных задач.	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности (социальная,



			двумя руками)		принимать мяч двумя руками	<b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания	учебно-познавательная)
64.			Развитие ловкости и координации в подвижных играх	Групповые занятия, командные эстафеты	<b>Научиться</b> выполнять упражнения в групповых эстафетах, соблюдая правила игры, закреплять в играх навыки бега и прыжков, скоростно-силовые и координационные способности	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> гуманистическое сознание; социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм
65.			Гимнастика – акробатические упражнения на развитие гибкости	Влияние акробатики на укрепление здоровья	<b>Научиться</b> выполнять кувырки вперед и назад в группировке	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
66.			Развитие быстроты и ловкости в подвижных играх с баскетбольными мячами	Групповые игры с баскетбольными мячами	<b>Научиться</b> передавать мяч своему игроку, освободиться от противника, закреплять в играх навыки бега и прыжков, скоростно-силовые и координационные способности	<b>Регулятивные:</b> контроль – использовать установленные правила в контроле способа решения учебной задачи. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве совместной деятельности	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению; <b>само-определение:</b> устойчивое следование в поведении социальным нормам
67.			Гимнастика – акробатичес	Перекаты, силовые единобор	<b>Научиться</b> перекатам в парах («змея», «кошки»,	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства –	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе ус-

			кие упражнения, силовые элементы в укреплении и развитии ловкости и силы	ства	«собаки»), силовым приемам по установленным правилам	использовать знаково-символические средства для решения учебных задач. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – задавать вопросы; строить понятные для учителя высказывания; формулировать собственное мнение и позицию, строить понятные для партнера высказывания; вести устный и письменный диалог в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, слушать собеседника	пешности учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> установка на здоровый образ жизни и реализация её в реальном поведении и поступках
68.			Развитие координации в подвижных играх посредством упражнений с мячами. Игра «Метко в цель»	Броски в предметы с изменением направления и задач	<b>Научиться</b> прокату и попаданию мячами в цели, демон-стрировать вариативное выполнение метательных упражнений, составлять комбинации из числа разученных упражнений	<b>Регулятивные:</b> контроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> общеучебные – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; логические: подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков; подведение под правило; установление причинно-следственных связей; построение рассуждения, обобщение. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни; выраженная устойчивая учебно-познавательная мотивация учения
69.			Развитие координации и быстроты движения, мышления в подвижных играх «Мяч капитану», «Освободись от мяча»	Установленные правила в подвижных играх	<b>Научиться</b> четко и правильно выполнять элементы в подвижных играх, взаимодействовать со сверстниками в игровом процессе -	<b>Регулятивные:</b> учебные действия – выполнять учебные действия в громкоречевой и умственных формах. <b>Познавательные:</b> общеучебные – использовать общие решения задач; информационные поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблицы, схема, диаграммы); сбор информации (извлечение необходимой информации из различных источников); обработка и анализ информации; передача информации устным способом. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействия – задавать вопросы, строить понятные для учителя высказывания	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе; осознание устойчивых эстетических предпочтений и ориентация на искусство как значимую сферу человеческой жизни
70.			Развитие	Ориентац	<b>Научиться</b>	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в	<b>Смыслообразование</b>

			быстроты мышления в подвижных играх. «Мяч капитану», «Борьба за мяч»	ия в пространстве	выполнять командные действия в подвижных играх, освоить технические приемы и творческие элементы игры	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>логические:</i> подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков; подведение под правило; анализ, синтез, сравнение, сериация; классификация по заданным критериям, установление аналогий; установление причинно-следственных связей; построение рассуждения, обобщение <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль; оценивать свое поведение; оказывать помощь	<b>ие:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной работы; <b>самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире
71.			Развитие координации на подвижных играх: «Кто больше?», «Передача мячей»	Перенос мячей на расстояние	<b>Научиться</b> правильно ловить (брать) мячи и переносить их на определенное расстояние, анализировать положительное влияние компонентов физической культуры на укрепление здоровья человека	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>знаково-символические средства</i> – создавать и прообразовывать модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль; оказывать в сотрудничестве взаимопомощь; <i>планирование учебного сотрудничества:</i> задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером; определять цели, функции участников, способы взаимодействия; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе успешности учебной деятельности; <b>самоопределение:</b> гуманистическое сознание; социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм; устойчивое следование в поведении социальным нормам
72.			Спортивная игра «Русская лапта». Удар и ловля мяча.	Удар по мячу и ловля мяча	<b>Научиться</b> выполнять удары битой по мячу и ловить мяч с подачи, закреплять в играх	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – узнавать, определять и называть объекты и явления в соответствии с содержанием учебного предмета.	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в изменяющейся игровой ситуации

			<b>НРК</b>		навыки прыжков и развивать скоростно-силовые способности	<b>Коммуникативные:</b> планирование – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером	
73.			Спортивная игра «Русская лапта». Удар и ловля мяча	Удар по мячу и ловля мяча	<b>Научиться</b> выполнять удары битой по мячу и ловить мяч с подачи, за-креплять в иг-рах навыки прыжков и развивать скоростно-силовые способности	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – узнавать, определять и называть объекты и явления в соответствии с содержанием учебного предмета. <b>Коммуникативные:</b> планирование – задавать вопросы, необходимые для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером	<b>Самоопределение:</b> начальные навыки адаптации в изменяющейся игровой ситуации
74.			Подвижные игры – урок-соревнование в эстафетах с мячом	Подвижные игры в эстафетах	<b>Научиться</b> правильно выполнять элементы эстафеты, соблюдая безопасность, выбирать индивидуальный темп передвижения	<b>Регулятивные:</b> коррекция – использовать установленные правила в игре; <b>контроль и самоконтроль</b> –сравнивать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения	<b>Смыслообразование:</b> уважительное отношение к мнению и решению товарищей
75.			Развитие координации и ловкости в подвижных играх: «Бег лошадок», «Переправа»	Бег лошадок, переправа	<b>Научиться</b> выполнять бег со скакалкой из города в город, в паре с напарником переправляться на другой берег, применять беговые упражнения для развития скоростных способностей	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения поставленной задачи; осознанной произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<b>Самоопределение:</b> личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
76.			Спортивная	Осаливан	<b>Научиться</b> ловить и	<b>Регулятивные:</b> планирование – определять	<b>Смыслообразование</b>

			игра «Русская лапта». Ловля и осаливание игроков противника мячом	ие противника мячом	осаливать мячом противника с места или в беге	последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учетом конечного результата. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера <b>Коммуникативные:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы; строить понятные для партнера высказывания	<b>ие:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
77.			Подвижные игры с мячами – «Мяч соседу», «Порази цель»	Передача и бросок мяча	<b>Научиться</b> точно передавать и метко бросать мячи в цель	<b>Регулятивные:</b> <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в познавательную. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат действия. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель совместной деятельности и пути ее достижения	<b>Смыслообразование</b> <b>ие:</b> мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная и внешняя)
78.			Подвижные игры на развитие быстроты и реакции мышления: «Найди свой предмет», «Наведи порядок»	Изменение ситуации, смена задачи при выполнении упражнений	<b>Научиться</b> быстро реагировать на смену ситуации и выполнять упражнения в изменяющейся обстановке	<b>Регулятивные:</b> <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении учебных задачи. <b>Познавательные:</b> <i>информационные</i> – поиск и выделение необходимой информации для достижения цели; <i>общеучебные</i> –осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль и оценивать свои возможности	<b>Смыслообразование</b> <b>ие:</b> мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
79.			<b>Легкая атлетика</b> – прыжки в высоту и из положения полуприседа.	Прыжки из положения полуприседа, препятствия	<b>Научиться</b> отталкиваться во время прыжков в высоту с места и одного шага	<b>Регулятивные:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> <i>планирование учебного</i>	<b>Смыслообразование</b> <b>ие:</b> самооценка на основе успешности учебной деятельности

						<i>сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия	
80.			<b>Легкая атлетика</b> – прыжки в высоту и из положения полуприседа.	Прыжки из положения полуприседа, препятствия	<b>Научиться</b> отталкиваться во время прыжков в высоту с места и одного шага	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Познавательные:</b> общеучебные– самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе успешности учебной деятельности
81.			Подвижная игра на развитие быстроты и смекалки: «Бег по станциям», «Займи свое место» . <b>НРК</b>	Выполнение упражнения в быстром темпе	<b>Научиться</b> быстро и правильно выполнять упражнения для реализации поставленной задачи	<b>Регулятивные:</b> коррекция – вносить дополнения и изменения в план и способ действия для достижения необходимого результата. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
82.			Подвижные игры на внимание и быстроту мышления: «Мяч в колонне», «Смена мест»	Командные действия, быстрое реагирование в игре	<b>Научиться</b> четко выполнять упражнения в сложной обстановке	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль – использовать установленные правила в контроле способа решений; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации для достижения успеха в играх. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Нравственно-этическая ориентация:</b> уважительное отношение к другому мнению и согласованные действия в игре
83.			<b>Легкая атлетика</b> – Метание	Метание мяча на отскок	<b>Научиться</b> правильно выполнять метание	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>Познавательные:</b> общеучебные– использовать общие	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе ус-

			мяча на дальность отскока от стены.	от стены. Прокат мяча по прямой	мяча в стену, соблюдая угол вылета и технику движений рук и туловища; выполнять прокаты мячей по прямой линии	приемы решения задач; осознанно и произвольно строить сообщения в уст-ной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, необходимые для деятельности с учителем	пешности учебной деятельности
84.			Подвижные игры на развитие прыгучести и быстроты движения: «Солнышко», «На перегонки со скакалкой». <b>НРК</b>	Частота прыжков	<b>Научиться</b> выполнять прыжки, увеличивая частоту движений, и прыжки в беге; соблюдать технику безопасности	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы для организации своей деятельности	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия при достижении хорошего результата
85.			Развитие быстроты в занятиях по легкой атлетике. Бег с форой, челночный бег, бег с горы.	Набор скорости, фора в беге	<b>Научиться</b> быстро набирать скорость со старта	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно формулировать и выделять учебную/познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – задавать вопросы, строить понятные для учителя и одноклассников высказывания	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия при достижении хорошего результата, установка на здоровый образ жизни
86.			Развитие быстроты в занятиях по легкой атлетике. Бег с форой, челночный бег, бег с	Набор скорости, фора в беге	<b>Научиться</b> быстро набирать скорость со старта	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – преобразовывать практическую задачу в познавательную. <b>Познавательные:</b> общеучебные – самостоятельно формулировать и выделять учебную/познавательную цель. <b>Коммуникативные:</b> взаимодействие – задавать вопросы, строить понятные для учителя и одноклассников высказывания	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия при достижении хорошего результата,

			горы.				установка на здоровый образ жизни
87.			Развитие координации и скорости мышления во встречных эстафетах. «Переправа», «Кто раньше»	Скорость мышления, игра «Кто раньше»	<b>Научиться</b> поддерживать скорость при передаче эстафеты и следить за правильным выполнением упражнения	<b>Регулятивные:</b> контроль и самоконтроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные – выбирать наиболее эффективные способы решения поставленных задач. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – осуществлять взаимный контроль, оценивать свое поведение, оказывать помощь товарищам	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
88.			Подвижные игры для развития гибкости и ловкости: «Защита укреплений», «Кошки и мышки»	Знаково-символические представления	<b>Научиться</b> выполнять упражнения, подражая животным, для развития гибкости и ловкости	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – использовать знаково-символические средства для решения учебно-практических и познавательных задач. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – определять цели, функции участников, способы взаимодействия	<b>Самоопределение:</b> самостоятельность и личная ответственность за свои действия; <b>смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
89.			Легкая атлетика – развитие выносливости в беге на длинные дистанции	Развитие выносливости в кроссе	<b>Научиться</b> бегать в равномерном темпе при правильном дыхании	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решений; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации для выполнения поставленной задачи. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью и самому предлагать помощь	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)



90.			Метание мяча с места, развитие скорости. Игра «Мяч не теряй» (решение частных задач)	Техника метания	<b>Научиться</b> правильно выполнять исходное положение в метании с места и выполнять упражнение на три счета	<b>Регулятивные:</b> целеполагание – преобразовывать познавательную задачу в практическую. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения учебных задач. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – задавать вопросы, обращаться за помощью, объяснять свои затруднения	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе успешности учебной деятельности
91.			Развитие быстроты в беге на короткие дистанции. «Встречные эстафеты»	Поддержание набранной скорости	<b>Научиться</b> набирать скорость с высокого старта и поддерживать ее на дистанции	<b>Регулятивные:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>Познавательные:</b> общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> инициативное сотрудничество – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	<b>Смыслообразование:</b> мотивация учебной деятельности
92.			Легкая атлетика – развитие прыгучести и развитие силы ног в прыжках. Игра «Кенгуру»	Толчок стопой в прыжке. Игра «Кенгуру»	<b>Научиться</b> правильно выполнять толчок в прыжке с постановкой стопы	<b>Регулятивные:</b> контроль – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от эталона. <b>Познавательные:</b> знаково-символические средства – использовать модели и схемы для решения задачи. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – формулировать собственное мнение и позицию для получения хорошего результата	<b>Самоопределение:</b> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
93.			Легкая атлетика. Развитие выносливости в беге на длинные дистанции. Развитие силы в упражнении	Правильное дыхание. Распределение силы в беге	<b>Научиться</b> правильно дышать и распределять свои силы в беге	<b>Регулятивные:</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; саморегуляция – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> информационные – поиск и выделение необходимой информации из различных источников. <b>Коммуникативные:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы для организации своей деятельности и сотрудничества с партнером	<b>Самоопределение:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности

			х с набивными мячами				
94.			<b>Легкая атлетика</b> – метание мяча с места с поворотом. Игра «Мяч соседу»	Метание с поворотом корпуса	<b>Научиться</b> правильно выполнять поворот корпуса при метании с фиксацией руки и кисти в конечной фазе метания	<i><b>Регулятивные:</b></i> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее выполнения. <i><b>Познавательные:</b></i> общеучебные– контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i><b>Коммуникативные:</b></i> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i><b>Нравственно-этическая ориентация:</b></i> умение выслушать иное мнение и найти правильное решение
95.			Метание мяча на дальность, метание в цель.	Закрепление навыка метания	<b>Научиться</b> правильно выполнять метание, соблюдая технику выполнения метательных упражнений	<i><b>Регулятивные:</b></i> коррекция – вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. <i><b>Познавательные:</b></i> знаково-символические средства – создавать и преобразовывать модели для решения задач. <i><b>Коммуникативные:</b></i> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<i><b>Самоопределение:</b></i> внутренняя позиция ученика на основе положительного отношения к школе
96.			<b>Легкая атлетика</b> – бег. Эстафета 4–50 м. Силовые упражнения с мячами.	Передача эстафеты	<b>Научиться</b> передавать эстафету в быстром беге	<i><b>Регулятивные:</b></i> учебные действия – выполнять учебные действия в материализованной форме. <i><b>Познавательные:</b></i> общеучебные – ставить и формулировать проблемы для решения поставленной задачи. <i><b>Коммуникативные:</b></i> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<i><b>Самоопределение:</b></i> мотивация учебной деятельности
97.			<b>Легкая атлетика</b> – бег. Эстафета 4–50 м. Силовые упражнения с мячами.	Передача эстафеты	<b>Научиться</b> передавать эстафету в быстром беге	<i><b>Регулятивные:</b></i> учебные действия – выполнять учебные действия в материализованной форме. <i><b>Познавательные:</b></i> общеучебные – ставить и формулировать проблемы для решения поставленной задачи. <i><b>Коммуникативные:</b></i> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<i><b>Самоопределение:</b></i> мотивация учебной деятельности
98.			<b>Тестовые упражнения</b>	Физическая	<b>Научиться</b> проявлять	<i><b>Регулятивные:</b></i> прогнозирование – предвидеть возможности получения положительного результата на	<i><b>Смыслообразование:</b></i> самооценка на

			я – бег 30 м, подтягивание и отжимание (контроль знаний)	подготовленность учащихся	(демонстрировать уровень) физическую подготовленность на конец учебного года	конец учебного года; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	основе критериев успешности учебной деятельности
99.			<b>Тестовые упражнения</b> – челночный бег, прыжки в длину с места (контроль знаний)	Физическая подготовленность учащихся	<b>Научиться</b> проявлять (демонстрировать уровень) физическую подготовленность на конец учебного года	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности получения положительного результата на конец учебного года; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
100.			<b>Тестовые упражнения</b> – бросок набивного мяча, бег 1000 м (контроль знаний)	Физическая подготовленность учащихся	<b>Научиться</b> проявлять (демонстрировать уровень) физическую подготовленность на конец учебного года	<b>Регулятивные:</b> прогнозирование – предвидеть возможности получения положительного результата на конец учебного года; <i>саморегуляция</i> – концентрация воли для преодоления интеллектуальных затруднений и физических препятствий; стабилизация эмоционального состояния для решения различных задач. <b>Познавательные:</b> общеучебные– контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>Коммуникативные:</b> управление коммуникацией – определять общую цель и пути ее достижения	<b>Смыслообразование:</b> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности
101.			Подвижные игры с мячом	Физическая подготовленность учащихся	Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры.	<b>Регулятивные:</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном <b>Познавательные:</b> подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры с мячом.	<i>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</i> Развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не созда-

							вать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
102.			Подвижные игры	Физическая подготовка учащихся	Подбирать нужные разминочные упражнения, договариваться и выбирать подвижные игры.	<p><b>Регулятивные :</b> владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении учебных задач.</p> <p><b>Познавательные:</b> подбирать разминочные упражнения, выбирать подвижные игры и играть в них.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, организовывать и осуществлять совместную деятельность.</p>	<p><i>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, Развитие навыков сотрудничества со сверстниками.</i></p>

### Тематика национально-регионального компонента на уроках физической культуры

#### 1. Эрын гурбан наадан (Игры трех мужей)

- Һур харбаан – стрельба из лука,
- Мори урилдаан – конные скачки,
- Бухэ барилдаан – борьба

#### 2. Шагай наадан

3. Олимпийские чемпионы Бурятии
4. Знаменитые спортсмены Бурятии
5. Знаменитые спортсмены Джидинского района
6. Знаменитые спортсмены Гэгэтуя и Малого Нарына
7. Народные игры бурят