

**Тематическое планирование уроков физической культуры в 1 «А», 1 «Б» кл.
3 часа в неделю (102 часа в год)**

№	Дата	Тема урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности			
				Содержание урока(ученик должен знать)	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД
«Знания о физической культуре» (3 часа)							
1		Чему обучают на уроках физкультуры	Знать: -правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры; -Для чего нужны физические упражнения; -Что такое здоровый образ жизни.	Развивать готовность к сотрудничеству.	Умение строиться по росту, выполнять простые команды.	Познакомиться с учителем и одноклассниками.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения.
2		Как возникли физические упражнения	Знать: - История развития физической	Стремление к физическому совершенству.	Способы развития физических качеств.	Понимание ценности человеческой жизни.	Бережное отношение к другим людям.

			культуры и первых соревнований; -особенности физической культуры разных народов				
3		Кто как передвигается	-Находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных -Объяснять на примерах важность бега, прыжков, лазанья, плавания, передвижения на лыжах для жизни каждого человека	Стремление к самостоятельно му физическому совершенству.	Организация деятельности с учётом требований её безопасности.	Взаимодействие с родителями, уметь формулировать свои цели.	Бережно обращаться с инвентарём, соблюдать требования техники безопасности к месту проведения
4		Строевые команды	Знать: -построение по росту; Строевые команды: Становись!, Разойдись!, Смирно!,	Проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Умение строиться по росту, выполнять простые команды.	Уметь общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения	Технически правильно выполнять простые (строевые) действия

			Вольно!				
5		Построение по росту	Знать: -построение по росту; Строевые команды: Становись!, Разойдись!, Смирно!, Вольно!	Проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Умение строиться по росту, выполнять простые команды.	Уметь общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения	Технически правильно выполнять простые (строевые) действия
6		Ходьба под счет	Знать: -построение по росту; -Правильно выполнять основные движения при ходьбе	Формировать потребности к ЗОЖ.	Умение контролировать скорость и расстояние при беге.	Уметь сотрудничать при выполнении совместных упр-ний.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упр-ний.
7		Ходьба на носках, на пятках	Знать: -длину шага; -разновидность ходьбы; - понятия скорость и ускорение.	Формировать выносливость и силу воли при выполнении физически сложных упр-ний.	Умение бежать со средней скоростью и ускоряться.	Уметь при необходимости уступать беговую дорожку.	Регулировать дистанцию при беге с одноклассниками.
8		Бег медленным темпом	Знать: -медленный бег; -быстрый бег; -ускорение.	Стремление преодолеть себя.	Умение контролировать скорость, ускоряться.	Проявлять упорство и выносливость.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.

9		Бег средним темпом	Знать: -медленный бег; -быстрый бег; -ускорение.	Стремление преодолеть себя.	Умение контролировать скорость, ускоряться.	Проявлять упорство и выносливость.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.
10		Бег с высоким темпом	Знать: -медленный бег; -быстрый бег; -ускорение.	Стремление преодолеть себя.	Умение контролировать скорость, ускоряться.	Проявлять упорство и выносливость.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы.
11		Бег с ускорением (30 м). Подвижная игра «Гуси-лебеди»	Знать: - понятия медленный, средний и быстрый темп бега; -равномерный бег с изменяющимся интервалом отдыха	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	Уметь выбрать нужный для себя темп бега.	Уметь контролировать эмоции при выполнении физически сложных заданий.	Уметь через диалог разрешать конфликты.
12		Бег с ускорением (30 м)	Знать: - понятия медленный, средний и быстрый темп бега; -равномерный бег с изменяющимся интервалом отдыха	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	Уметь выбрать нужный для себя темп бега.	Уметь контролировать эмоции при выполнении физически сложных заданий.	Уметь через диалог разрешать конфликты.

13		Бег с ускорением (60 м)	Знать: - бег с высоким подниманием бедра; - способы преодоления препятствий;	Стремление к физическому развитию.	Самостоятельно выбрать способ преодоления препятствий.	Уметь оказать помощь и эмоциональную поддержку однокласснику.	Уметь через диалог разрешать конфликты.
14		Бег с ускорением (60 м). Ходьба с высоким подниманием бедра.	Знать: - бег с высоким подниманием бедра; - способы преодоления препятствий;	Стремление к физическому развитию.	Самостоятельно выбрать способ преодоления препятствий.	Уметь оказать помощь и эмоциональную поддержку однокласснику.	Уметь через диалог разрешать конфликты.
15		Прыжки на месте	Знать: -прыжки на месте; - прыжки на ногах поочерёдно; -прыжки на скакалке	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упр-ний	Совершенствовать навыки в прыжках на скакалке	Умение аргументировать свое мнение, убеждать и уступать.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упр-ний
16		Прыжки на одной ноге, на двух.	Знать: - прыжки на двух ногах вперёд, назад, левым и правым боком; - правила личной	Проявлять качества координации при выполнении прыжковых упр-ний. Выполнять правила гигиены и свой	Умение осознанно строить свой рабочий день.	Умение слушать чужое мнение, обсуждать и отстаивать свою позицию.	Умение корректировать, вносить изменения в свой распорядок дня.

			гигиены.	распорядок дня.			
17		Прыжок в длину с места	Знать: -технику выполнения прыжка в длину с места; - правила игры «Прыжки через верёвочку»	Стремление выполнить лучший свой прыжок.	Уметь выполнять прыжок в длину с места самостоятельно.	Уметь поддержать слабого игрока, уметь достойно проигрывать.	Самостоятельно оценивать свои физические возможности.
18		Прыжки на двух ногах через скакалку	Знать: - прыжки на двух ногах через скакалку; -осваивать технику выполнения прыжков на скакалке.	Развивать координационные способности.	Уметь выполнять прыжок на скакалке.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, стремиться их исправить.	Объективно оценивать свои умения.
19		Прыжки на правой ноге через скакалку	Знать: - прыжки на двух ногах через скакалку; -осваивать технику выполнения прыжков на	Развивать координационные способности.	Уметь выполнять прыжок на скакалке.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, стремиться их исправить.	Объективно оценивать свои умения.

			скакалке.				
20		Прыжки на левой ноге через скакалку	Знать: - прыжки на двух ногах через скакалку; -осваивать технику выполнения прыжков на скакалке.	Развивать координационные способности.	Уметь выполнять прыжок на скакалке.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, стремиться их исправить.	Объективно оценивать свои умения.
21	.	Прыжки со скакалкой	Знать: - прыжки на двух ногах через скакалку; -осваивать технику выполнения прыжков на скакалке.	Развивать координационные способности.	Уметь выполнять прыжок на скакалке.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, стремиться их исправить.	Объективно оценивать свои умения.
22		Упражнения с малым мячом.	Знать: -бросок и ловля мяча над собой; бросок и ловля мяча в парах;	Развивать координационные способности.	Осваивать двигательные действия при работе с м/мячом.	Контролировать свои действия.	Соблюдать правила техники безопасности при работе с мячом.
23		Метание малого мяча	Знать: -бросок и ловля мяча над	Развивать координационные способности.	Осваивать двигательные действия при	Контролировать свои действия.	Соблюдать правила техники безопасности при

			собой; бросок и ловля мяча в парах;		работе с мячом.		работе с мячом.
24		Метание малого мяча в цель.	Знать: - технику выполнения метания малого мяча в цель;	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча в цель.	Взаимодействовать в группах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
25		Что такое режим дня	Знать: - как организовать свое учебное время, время на активный отдых, время на сон; - необходимость соблюдения режима.	Учиться организовывать свою деятельность, рационально использовать время.	Планировать спортивные занятия в режиме дня, организовывать отдых и досуг в течение дня с использованием средств физической культуры.		Взаимодействовать с окружающими, находить с ними общий язык и общие интересы.
26		Утренняя зарядка	Знать: - значение закаливания; влияние на здоровье человека.	Признание здоровья решающим фактором в жизни человека.	Уметь выбрать для себя с учётом своих особенностей способ закаливания.	Контролировать свои действия.	Стремление к З.О.Ж., способы достижения цели.
27		Личная гигиена	Знать: Представление о физических нагрузках; - как действуют	Бережное отношение к своему здоровью.	Необходимость отслеживания состояния здоровья.	Уметь оказать помощь и эмоциональную поддержку однокласснику	Бережное отношение к другим людям.

			<p>физические упражнения на мышцы человека;</p> <p>- как действуют физические нагрузки на сердце-измерение пульса.</p>				
28		Правила в игре, их значение.	<p>Знать:</p> <p>- необходимость соблюдения правил игры;</p> <p>- умение работать (играть) в команде.</p>	<p>Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	<p>Технически правильно выполнять двигательные действия.</p>	<p>Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам.</p>	<p>Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием.</p>
29		Игра «К своим флажкам».	<p>Знать:</p> <p>- об организации подвижных игр во время уроков и прогулок, выбор одежды и инвентаря;</p> <p>- правила игры;</p> <p>- уметь строиться в колонну, в шеренгу.</p>	<p>Стремление к победе, умение достойно проигрывать.</p>	<p>Уметь играть в подвижные игры с бегом.</p>	<p>Уметь сотрудничать в команде. Следовать девизу «Один за всех и все за одного»</p>	<p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p>

30		Игра «Караси и щука»	Знать: - правила игры; - ориентироваться на игровом поле; -быстрый бег с изменением направления.	Уметь активно включаться в коллективную деятельность.	Стремиться найти свою стратегию в игре.	Проявлять положительные качества личности.	Уметь донести информацию в доступной, эмоционально яркой форме.
31		Игра «Лиса и куры».	Знать: - организующие команды и приемы построения и перестроения; - правила игры; -уметь ускоряться; -менять направление бега.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Излагать правила и условия проведения подвижных игр.	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
32		Игра «Два мороза».	Знать: - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	Умение самостоятельно выработать стратегию игры.	Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в игре.	Различать ситуации поведения в подвижных играх.

33		Игра «Кто дальше бросит».	Знать: - правила игры; - технику метания малого мяча на дальность с места.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями.	Осваивать технику метания малого мяча.	Осваивать универсальные умения при взаимодействии в группах.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
34		Игра «Три медведя».	Знать: - правила игры; - бег с ускорением и изменением направления.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время подвижных игр.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
35		Игра «Пятнашки».	Знать: - правила игры; - бег с ускорением и изменением направления.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время подвижных игр.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
36		Игра «Чай-Чай выручай».	Знать: - правила игры; - бег с ускорением и изменением направления.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время подвижных игр.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.

37		Игра «Прыгающие воробушки».	Знать: - правила игры; - прыжки на одной ноге; - прыжки с поочерёдной сменой ноги.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Развивать выдержку, прыгучесть во время игры.		Умение корректировать и вносить изменения в способы действия в случае расхождения с правилами игры.
38		Игра «Метко в цель».	Знать: - правила игры; - технику метания малого мяча в цель.	Проявлять внимание и ловкость во время броска в цель	Осваивать технику метания малого мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в играх	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча
39		Игра «Рыбаки и рыбки».	Знать: - правила игры; - технику метания малого мяча в цель.	Проявлять внимание и ловкость во время броска в цель	Осваивать технику метания малого мяча	Уметь взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в играх	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча
40	.	Правила проведения эстафет	Знать: - линия старта; - условия передачи эстафеты; - техника безопасности при выполнении эстафет.	Воспитывать в себе волю к победе.	Совершенствовать бег с ускорением, развивать ловкость, координацию.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах дружбы и толерантности.	Управлять эмоциями, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
41		Эстафеты с обручем.	Игра «Точный расчет».		Знать: - правила игры; - как выполнить	Проявлять внимание, сообразительность и	Осваивать строевые команды.

					расчёт в колонне, в шеренге.	быстроту передвижений.	
42		Игра «День и Ночь».	Знать: - правила игры; - как выполнить расчёт в колонне, в шеренге.	Проявлять внимание, сообразительность и быстроту передвижений.	Осваивать строевые команды.	Взаимодействовать в группах, подчиняться капитану.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения на уроке.
43		Игра «Караси и щука»	Знать: - правила игры; - ориентироваться на игровом поле; - быстрый бег с изменением направления.	Уметь активно включаться в коллективную деятельность.	Стремиться найти свою стратегию в игре.	Проявлять положительные качества личности.	Уметь донести информацию в доступной, эмоционально яркой форме.
44		Игра «Солнце встало».	Знать: - правила игры; - ориентироваться на игровом поле; - быстрый бег с изменением направления	Развивать стремление к сотрудничеству и стремление к победе.	Уметь контролировать скорость и менять направлена при беге.	Взаимодействовать в группах при выполнении игровых действий.	Уметь корректировать и вносить изменения в свое поведение.
45		Игра «Дремучий Лес».	Знать: - правила игры; - ориентироваться	Развивать стремление к сотрудничеству и стремление к	Уметь контролировать скорость и менять	Взаимодействовать в группах при выполнении игровых действий.	Уметь корректировать и вносить изменения в свое

			я на игровом поле; -быстрый бег с изменением направления	победе.	направлена при беге.		поведение.
46		Основная стойка	Знать: - правила поведения и технику безопасности на уроках гимнастики; - строевые действия в шеренге и колонне; - выполнение строевых команд.	Стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации.	Различать и выполнять строевые команды: «Равняйся!» «Смирно!» «Вольно!»	Уметь сотрудничать при выполнении совместных упражнений.	Соблюдать правила техники безопасности на уроках гимнастики.
47		Построение в шеренгу	Знать: -перестроение из шеренги в колонну и обратно;	Стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации.	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений (строевые упражнения). Осваивать ОРУ с предметами.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении упражнений с гимнастическими палками.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений с гимнастическими палками.
48		Построение в колонну по одному	Знать: -перестроение из шеренги в	Стремление к физическому совершенству:	Осваивать универсальные умения,	Осваивать универсальные умения по	Соблюдать правила техники безопасности при

			колонну и обратно;	развитие и укрепление правильной осанки, координации.	связанные с выполнением организующих упражнений (строевые упражнения). Осваивать ОРУ с предметами.	взаимодействию в группах при разучивании и выполнении упражнений с гимнастическими палками.	выполнении с упражнений гимнастическими палками.
49		Повороты на месте налево и направо.	Знать: - правая, левая сторона; - повороты под счёт;	Совершенствован ие осанки и координации.	Выполнение строевых команд под счет. Показ упражнений с гимнастическим и палками с учителем.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении упражнений с гимнастическими палками.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении с упражнений гимнастическими палками.
50		Повороты под счет	Знать: - правая, левая сторона; - повороты под счёт;	Совершенствован ие осанки и координации.	Выполнение строевых команд под счет. Показ упражнений с гимнастическим и палками с учителем.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении упражнений с гимнастическими палками.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении с упражнений гимнастическими палками.
51		Упор присев	Знать: -упор присев; -упор лёжа; -упор согнувшись.	Развитие гибкости, ловкости.	Знать технику выполнения двигательных действий.	Находить ошибки, уметь их исправлять.	

52		Упор лежа	Знать: -упор присев; -упор лёжа; -упор согнувшись.	Развитие гибкости, ловкости.	Знать технику выполнения двигательных действий.	Находить ошибки, уметь их исправлять.	
53		Упор согнувшись	Знать: -упор присев; -упор лёжа; -упор согнувшись.	Развитие гибкости, ловкости.	Знать технику выполнения двигательных действий.	Находить ошибки, уметь их исправлять.	
54		Группировка	Знать: - перекаты в группировке; -ОРУ	Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно.	Осваивать универсальные умения работы по группам самостоятельно.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
55		Перекаты	Знать: - перекаты в группировке; -ОРУ	Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять акробатические элементы отдельно.	Осваивать универсальные умения работы по группам самостоятельно.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
56		Группировка из положения сидя	Знать: - перекаты назад из седа в группировке и обратно.	Проявлять качества силы, координации при выполнении акробатических упражнений.	Описывать технику переката назад в группировке. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.	Взаимодействие в группах при самостоятельной работе.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.

57		Группировка из положения лежа	Знать: - перекаты назад из седа в группировке и обратно.	Проявлять качества силы, координации при выполнении акробатических упражнений.	Описывать технику переката назад в группировке. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.	Взаимодействие в группах при самостоятельной работе.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.
58		Ходьба по гимнастической скамейке	Знать: - способы передвижения по гимнастической стенке.	Проявлять внимание, ловкость, координацию.	Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности	Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.
59		Передвижение по гимнастической стенке	Знать: - способы передвижения по гимнастической стенке.	Проявлять внимание, ловкость, координацию.	Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.	Оказывать помощь и взаимовыручку при работе в парах.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности
60		Передвижение по гимнастической скамейке	Знать: - способы передвижения по гимнастической скамейке (ходьба, подтягивание)	Развивать внимание, ловкость, координацию движений.	Совершенствовать способы передвижения по гимнастической скамейке, выявлять и характеризовать	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при работе на скамейке.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.

			руками лежа на животе, перемещение на четвереньках)		ошибки при выполнении упражнений на скамейке.		
61		Лазанье по канату.	Знать: - технику лазанья по канату.	Проявлять выносливость, силу, координацию.	Описывать универсальные действия при лазаньи по канату.	Взаимодействовать и проявлять взаимовыручку при работе в парах.	Взаимодействовать и проявлять взаимовыручку при работе в парах.
62		Совершенствование лазанья по канату.	Знать: - технику лазанья по канату.	Проявлять выносливость, силу, координацию.	Описывать универсальные действия при лазаньи по канату.	Взаимодействовать и проявлять взаимовыручку при работе в парах.	Взаимодействовать и проявлять взаимовыручку при работе в парах.
63		Преодоление простых препятствий	Уметь найти свой способ преодоления препятствий.	Активно включаться в работу, проявлять смекалку и сообразительность.	Уметь организовать самостоятельную деятельность.	Управлять эмоциями при общении со сверстниками.	Технически правильно выполнять действия.
64		Преодоление полосы препятствий	Знать: - способы преодоления препятствий (лазанье по скамейке, перелезание через скамейку, перешагивание через предметы,	Проявлять качества силы, координации, быстроты при выполнении упражнений прикладной направленности.	Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.	Осваивать работу по отделениям.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.

			переползание и т.д.).				
65		Ходьба по бревну.	Знать: - обычная ходьба; - ходьба с различным положением рук; - ходьба с перешагиванием через предметы; - ходьба в равновесии (мешочек на голове).	Формировать правильную осанку, учиться держать равновесие.	Совершенствовать технику ходьбы, характеризовать и исправлять ошибки при выполнении ходьбы на скамейке.	Осваивать работу по отделениям.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.
66		Ходьба в приседе по бревну	Знать: - обычная ходьба; - ходьба с различным положением рук; - ходьба с перешагиванием через предметы; - ходьба в равновесии (мешочек на голове).	Формировать правильную осанку, учиться держать равновесие.	Совершенствовать технику ходьбы, характеризовать и исправлять ошибки при выполнении ходьбы на скамейке.	Осваивать работу по отделениям.	Уметь корректировать свои действия и действия в группе.

67		Бросок и ловля мяча на месте.	Знать: - ловля мяча на месте; - правила игры.	Проявлять внимание и ловкость при работе с мячом.	Описывать изучаемые технические действия из спортивных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время учебной деятельности.	Соблюдать правила техники безопасности при работе с баскетбольными мячами.
68		Ловля мяча на месте в парах.	Знать: - передача мяча от груди и ловля мяча в парах; - правила игры.	Проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения подвижных игр.	Осваивать технические действия из спортивных игр.	Осваивать универсальные умения, управлять эмоциями во время игровой деятельности.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение при работе в парах.
69		Игра «Кто дальше бросит».	Знать: - дальний бросок мяча из-за головы; - правила игры.	Проявлять силовые качества и точность.	Осваивать технику владения мячом.	Взаимодействовать в группах при выполнении технических действий с мячом.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
70		Бросок мяча снизу на месте в щит	Знать: - передача мяча снизу на месте; - бросок мяча снизу в цель; - правила игры.	Стремиться побеждать, стремиться улучшить свои результаты.	Совершенствование техники владения мячом.	Взаимодействовать в группах при выполнении технических действий с мячом.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
71		Игра «Метко в цель».	Знать: - дальний бросок мяча из-за головы; - бросок мяча снизу в цель.	Стремиться побеждать, стремиться улучшить свои результаты.	Совершенствование техники владения мячом.	Характеризовать поступки, действия, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний.	Оценивать приобретенные навыки владения мячом.

72		Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	Знать: - передача мяча снизу; - передача мяча от груди; - передача мяча от плеча.	Стремиться побеждать, стремиться улучшить свои результаты.	Совершенствование техники владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в парах.	Оценивать приобретенные навыки владения мячом.
73		Ловля мяча на месте и в движении	Знать: - специальные передвижения без мяча; - передача и ловля мяча на месте; - передача и ловля мяча в движении; - правила игры.	Проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом.	Характеризовать и исправлять ошибки при работе с мячом.	Осваивать универсальные умения работы в парах.	Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении упражнений с мячом.
74		Игра «Не оступись».	Знать: - правила игры; - уметь перемещаться по заданному расстоянию; - уметь преодолевать препятствия.	Проявлять координацию, внимание и ловкость во время проведения подвижных игр.	Осваивать технику ходьбы, бега по ограниченному пространству.	Взаимодействовать в группах при выполнении игровых действий.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения во время игры.
75		Игра «Мяч по кругу».	Знать: - правила игры; - передача и	Проявлять координацию, внимание и ловкость во время	Характеризовать и исправлять ошибки при работе с мячом.	Сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения

			ловля мяча на месте; - передача и ловля мяча в движении;	проведения подвижных игр.			во время игры.
76		Ведение мяча на месте	Знать: - ведение мяча на месте правой, левой рукой; - правила игры.	Стремиться к победе в игре.	Совершенствовать технику владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в группе.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
77		Ведение мяча в шаге.	Знать: - ведение мяча в ходьбе правой, левой рукой; - правила игры.	Проявлять ловкость, внимание, координацию при работе с баскетбольным мячом.	Совершенствовать технику владения мячом.	Управлять эмоциями во время игры.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
78		Ведение мяча в медленном беге.	Знать: - ведение мяча в беге правой, левой рукой.	Проявлять внимание, быстроту и ловкость во время эстафет.	Осваивать технику владения мячом.	Взаимодействовать в группах при выполнении технических действий в играх.	Соблюдать правила техники безопасности при проведении эстафет.
79		Ведение мяча индивидуально.	Знать: - ведение мяча с изменением направления в шаге, в беге; - правила	Проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений.	Осваивать технику владения мячом.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.

			игры.				
80		Ведение мяча в парах.	Знать: - ведение мяча в парах; - передача и ловля мяча в движении в парах; - правила игры.	Стремиться к победе в игре.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.
81		Игра «У кого меньше мячей».	Знать: - правила игры; - передача и ловля мяча через сетку.	Стремиться к победе в игре.	Совершенствовать технику владения мячом.	Осваивать универсальные умения работы в группе.	Умение корректировать и вносить изменения в поведение во время игры.
82		Эстафеты с элементами ловли, передачи и ведением мяча.	Знать: - передача мяча; - ловля мяча; - ведение мяча.	Стремиться к победе в игре.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.
83		Игра «Точный расчет».	Знать: - правила игры.	Значение ежедневных занятий спортом на организм человека.	Совершенствование физических навыков.	Умение высказывать и аргументировать свое мнение.	Различать допустимые и недопустимые формы поведения на отдыхе.
84		Эстафеты с гимнастическим обручем	Знать: - правила проведения эстафет; - простые упр-ия с обручем	Стремиться к победе в игре.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении

							подвижных игр.
85		Бег с изменением направления	Знать: - бег с изменением направления; - бег в колонне.	Развивать скорость, выносливость.	Описывать технику выполнения беговых упражнений.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице.
86		Бег в колонне	Знать: - бег с изменением направления; - бег в колонне.	Развивать скорость, выносливость.	Описывать технику выполнения беговых упражнений.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на улице.
87		Бег с ускорением	Знать: - бег с ускорением; - каким беговым шагом выполнять ускорение; - передача эстафеты.	Формирование потребности к ЗОЖ.	Умение контролировать скорость при беге.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Уметь через диалог разрешать конфликтные ситуации.
88		Эстафеты с бегом на скорость.	Знать: - бег с ускорением; - каким беговым шагом выполнять ускорение;	Формирование потребности к ЗОЖ.	Умение контролировать скорость при беге.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Уметь через диалог разрешать конфликтные ситуации.

			- передача эстафеты.				
89		Челночный бег 3×10 м.	Знать: - технику челночного бега; - ускорение с изменением направления.	Развивать скорость, ловкость.	Описывать технику челночного бега.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Уметь самостоятельно оценивать свои физические возможности
90		Бег с ускорением от 10 до 15 м.	Знать: - технику ускорения на короткие дистанции; - высокий старт; - технику финиша.	Проявлять качества силы и быстроты при выполнении беговых упражнений.	Осваивать универсальные умения, контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.	Умение сотрудничать при выполнении совместных беговых упражнений.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах при разучивании и выполнении беговых упражнений.

91		Равномерный, медленный бег	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятия медленный, средний и быстрый темп бега; - как рассчитывать силы и выбирать скорость при беге на длинные дистанции. 	<p>Проявлять выносливость при выполнении беговых упражнений. Понимать значение и влияние физических упражнений на трудовую деятельность.</p>	<p>Осваивать универсальные умения, контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Уметь контролировать и управлять эмоциями при выполнении физически сложных заданий.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при беге на длинные дистанции.</p>
92		Равномерный средний темп бега	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятия медленный, средний и быстрый темп бега; - как рассчитывать силы и выбирать скорость при беге на длинные дистанции. 	<p>Проявлять выносливость при выполнении беговых упражнений. Понимать значение и влияние физических упражнений на трудовую деятельность.</p>	<p>Осваивать универсальные умения, контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Уметь контролировать и управлять эмоциями при выполнении физически сложных заданий.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при беге на длинные дистанции.</p>

93		Равномерный быстрый темп бега	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятия медленный, средний и быстрый темп бега; - как рассчитывать силы и выбирать скорость при беге на длинные дистанции. 	<p>Проявлять выносливость при выполнении беговых упражнений. Понимать значение и влияние физических упражнений на трудовую деятельность.</p>	<p>Осваивать универсальные умения, контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p>	<p>Уметь контролировать и управлять эмоциями при выполнении физически сложных заданий.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при беге на длинные дистанции.</p>
94		Прыжки с высоты до 30 см.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте; - прыжки в движении; - спрыгивание, запрыгивание ; - техника приземления. 	<p>Проявлять внимание и ловкость при выполнении прыжковых упражнений.</p>	<p>Осваивать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p>	<p>Уметь оказать помощь и поддержку при выполнении прыжковых упражнений партнеру.</p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p>

95		Прыжки на скакалке	Знать: - прыжки со скакалкой на месте; - в движении; - прыжки со скакалкой в парах; - игры со скакалкой.	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.
96		Игры с прыжками со скакалкой	Знать: - прыжки со скакалкой на месте; - в движении; - прыжки со скакалкой в парах; - игры со скакалкой.	Значение развития силы, выносливости, координации в учебной и трудовой деятельности.	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.	Уметь объяснить правила и организовать игру в группе.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при проведении игр со скакалкой.
97		Метание малого мяча с места на дальность	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.

98		Метание малого мяча с разбега	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.
99		Метание малого мяча с прыжка	Знать: - технику выполнения метания малого мяча на дальность.	Проявлять качества силы, координации и быстроты при метании малого мяча.	Осваивать технику метания малого мяча на дальность.	Взаимодействовать в парах при выполнении метания малого мяча.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.