МБОУ СОШ № 6
Подписан: МБОУ СОШ № 6
DN: E=nikolaev.alnikova@yandex.ru, INN=006633006794, SNILS=02577985097, OGRN=1026601870767, STREET="Школьный пер, д. 2А", C=RU, S=66 Свердловская область, L=Сухой Лог г, O=МБОУ СОШ № 6, T=Директор, G=Ирина Петровна, SN=Смолянчук, CN=МБОУ СОШ № 6
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-06-03 10:48:15
Foxit Reader Версия: 9.7.2

РАЗДЕЛ 1. ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 1-4 КЛАСС

(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке)

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

– *выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*

– *характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

– *вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;*

– *целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*

– *выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах*.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

– выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

– выполнять организующие строевые команды и приемы;

– выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

– выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

– выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);

– выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
- *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
- *играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*
- *плавать, в том числе спортивными способами;*
- *выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

Предметные результаты

Выпускник научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

– выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

– характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

– вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

– целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

– выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

– выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

– выполнять организующие строевые команды и приёмы;

– выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

– выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

– выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
– выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

– сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
– выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
– играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
– выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
– плавать, в том числе спортивными способами;
– выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

– формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этической и национальной принадлежности ; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
– формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культуре других народов;
– формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
– овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
– принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
– формирование эстетических потребностей ,ценностей и чувств;
– развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

Метапредметные результаты освоения ООП

Межпредметные активизируют познавательную деятельность учащихся, побуждают мыслительную активность в процессе переноса, синтеза и обобщения знаний из разных предметов. Использование наглядности из смежных предметов, технических средств, компьютеров на уроках повышает доступность усвоения связей между физическими, химическими, биологическими, географическими и другими понятиями. Таким образом, меж предметные связи выполняют в обучении ряд функций: методологическую, образовательную, развивающую, воспитывающую, конструктивную.
Преимущества интегрированных занятий заключаются в том, что они:
– -способствуют повышению мотивации учения, формированию учебной деятельности, познавательного интереса учащихся, целостной научной картины мира и рассмотрению явления с нескольких сторон;
– -в большей степени способствуют развитию речи, формированию умения учащихся сравнивать, обобщать, делать выводы, интенсификации учебно-воспитательного процесса, снимают перенапряжение, перегрузку;
– -не только углубляют представление о предмете, расширяют кругозор, но и способствуют формированию разносторонне развитой, гармонически и интеллектуально развитой личности;

– -интеграция является источником нахождения новых связей между фактами, которые подтверждают или углубляют определенные выводы, наблюдения учащихся в различных предметах.

Межпредметные значительно оживляют преподавание, стимулируют познавательную активность учащихся.

Межпредметность - это современный принцип обучения, который влияет на отбор и структуру учебного материала целого ряда предметов, усиливая системность знаний учащихся, активизирует методы обучения, ориентирует на применение комплексных форм организации обучения, обеспечивая единство учебно-воспитательного процесса.

Обучая учащихся прыжкам в высоту с разбега, помимо основных знаний по предмету (значение прыжков в жизни человека, основные способы преодоления высоких препятствий, способы развития скоростно - силовых качеств и другие) опираемся на законы физики, определяющие наиболее целесообразные углы отталкивания, на законы ускорения и приложения силы действия. Помимо того, что эти знания дополняет теорию физической культуры, они способствуют расширению кругозора учащихся.

С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг -(окружность) и т.д. Работа над общей физической подготовкой невозможна без осмысления таких биологических понятий как дыхание, обмен веществ.

Это позволяет, с одной стороны, более глубоко изучить предмет, а с другой, выработать устойчивую привычку к систематическим занятиям. Жизненный опыт учащегося и приобретённые знания и умения по данным дисциплинам позволяют осуществлять на уроках физической культуры взаимосвязь содержания обучения с другими предметами, что способствует формированию устойчивого интереса к физической культуре.

В соответствии ФГОС НОО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности. К ним относятся:

– целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно;
– планирование — определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата;
– составление плана и последовательности действий;
– прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик;
– контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
– коррекция — внесение необходимых дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата;
– внесение изменений в результат своей деятельности, исходя из оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товарищами;
– оценка — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; оценка результатов работы;
– саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

Познавательные УУД включают: общеучебные, логические учебные действия, а также постановку и решение проблемы.

– самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
– поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
– структурирование знаний;
– осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
– выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
– рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;

– смысловое чтение как осмысление цели чтения и выбор вида чтения в зависимости от цели; извлечение необходимой информации из прослушанных текстов различных жанров; определение основной и второстепенной информации; свободная ориентация и восприятие текстов художественного, научного, публицистического и официально-делового стилей; понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации;

– постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Коммуникативные УУД обеспечивают социальную компетентность и учёт позиции других людей, партнёров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

– планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

– постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

– разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

– управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

– умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами

РАЗДЕЛ 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 1-4 КЛАСС.

Знания о физической культуре

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

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

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

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

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

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

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

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

Физическое совершенствование

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

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность[1].

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

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

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

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

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

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

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

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

---

[1] Элементы видов спорта могут быть заменены на другие с учетом наличия материально-технической базы в общеобразовательной организации, а так же климато-географических и региональных особенностей.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

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

Плавание. Подводящие упражнения: вхождение в воду; передвижение по дну бассейна; упражнения на всплывание; лежание и скольжение; упражнения на согласование работы рук и ног. Проплывание учебных дистанций: произвольным способом.

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

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

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

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

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

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

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

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

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

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

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

На материале легкой атлетики

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

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

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

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

На материале лыжных гонок

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

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

На материале плавания

Развитие выносливости: повторное проплывание отрезков на ногах, держась за доску; повторное скольжение на груди с задержкой дыхания; повторное проплывание отрезков одним из способов плавания.

Результаты освоения рабочей программы по каждому тематическому разделу.

Раздел 1.Знания о физической культуре

Понятие о физической культуре. Зарождение и развитие физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физическая культура народов разных стран. История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны.

Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр. Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр.

Внешнее строение тела человека. Опорно-двигательная система человека (общая характеристика, скелет и мышцы человека, суставы, сухожилия). Осанка человека. Стопа человека. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания.

Подбор одежды, обуви и инвентаря для занятий физическими упражнениями.

Терминология гимнастических упражнений.

Способы передвижения человека. Основные двигательные качества человека (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Раздел 2.Организация здорового образа жизни

Правильный режим дня (соблюдение, планирование). Здоровое питание. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультминутки. Закаливание. Массаж. Правила личной гигиены. Профилактика нарушений зрения.

Раздел 3. Наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью

Простейшие навыки контроля самочувствия. Измерение сердечного пульса (частоты сердечных сокращений). Измерение длины и массы тела. Оценка состояния дыхательной системы. Оценка правильности осанки. Оценка основных двигательных качеств.

Раздел 4.Физкультурно – оздоровительная деятельность

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, профилактики нарушений осанки, профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Тренировка дыхания. Упражнения для снятия утомления глаз и профилактики нарушений зрения. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Раздел 5 . Спортивно-оздоровительная деятельность

Строевые упражнения и приёмы.
Легкая атлетика. Беговые и прыжковые упражнения, бросание малого и большого мяча, метание.
Гимнастика с основами акробатики. Лазание, перелезание, ползание, висы и упоры;
акробатические упражнения, кувырки, перекаты, снарядная гимнастика.
Лыжная подготовка. Лыжные ходы; повороты; спуски; подъёмы; торможение.
Плавание. Стили плавания – брасс и кроль на груди.

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся получат возможность научиться:
1 класс

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся получат возможность научиться:
2 класс

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

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся получат возможность научиться:
3 класс

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;
- составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;

- вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся получат возможность научиться:

4 класс

- о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;
- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
- выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

1.2 Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата.

1 класс

Контрольные упражнения	**Уровень**					
	Мальчики			**Девочки**		
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, количество раз	**11 - 12**	**9 – 10**	**7 - 8**	**9 - 10**	**7 - 8**	**5 - 6**
Прыжок в длину с места, см	**118 – 120**	**115 – 117**	**105 – 114**	**116 – 118**	**113 – 115**	**95 - 112**
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом коленей	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	**6,2 – 6,0**	**6,7 – 6,3**	**7,2 – 7,0**	**6,3 – 6,1**	**6,9 – 6,5**	**7,2 – 7,0**
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс.

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

3 класс.

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

4 класс.

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

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

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

старт не из требуемого положения;

отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;

бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;

несинхронность выполнения упражнения.

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

Характеристика цифровой оценки (отметки)

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

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

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

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

1.3 Организация проектной и учебное – исследовательской деятельности обучающихся

Темы проектов по здоровому образу жизни

1. Влияние учебной нагрузки на состояние здоровья учащихся среднего школьного возраста.
2. Влияние физической культуры и спорта на здоровье детей.
3. Влияют ли физические нагрузки на сердце человека?
4. Закаливание — эффективное средство укрепления здоровья человека.

5. Здоровый ребенок сегодня — здоровое поколение завтра.
6. Здоровым быть модно
7. Здоровье — это не все, но все без здоровья — это ничто.
8. Здоровье в твоих руках
9. Здоровое питание на страже здоровья.

Темы проектов по гимнастике

1. Мир моих увлечений — художественная гимнастика.
2. Мое увлечение — гимнастика
3. Моё увлечение - художественная гимнастика.
4. Моя жизнь в художественной гимнастике
5. Темы проектов по футболу
6. История футбола
7. История футбола в России.
8. История футбольного мяча.

Темы проектов по баскетболу

1. Возникновение и развитие баскетбола.
2. Баскетбол в нашей жизни
3. Тема проектов по волейбол
4. Волейбол — большой шаг к здоровью.
5. Волейбол — великая игра
6. Волейбол - игра на все времена.
7. Волейбол — частичка моей жизни!

Темы проектов по олимпийским играм

1. Зимние олимпийские игры
2. Игра принимает всех!
3. Из истории паралимпийских игр.
4. История возникновения Олимпийских игр.
5. История возникновения олимпийского огня.
6. История и география Олимпийских игр
7. История Олимпиад. Олимпиады в России.
8. История Олимпийских игр
9. История олимпийского движения: прошлое и настоящее
10. Легенды спорта
11. Летние Олимпийские игры
12. Олимпийские игры (история древняя и молодая)

2.3. Межпредметная связь урока физической культуры с другими предметами

Социальные изменения, произошедшие в нашей стране, условия жизни человека (наличие аудио- и видеотехники, компьютеров, сотовой связи и т.д.), интенсификация его деятельности, слабая физическая подготовка детей и подростков, понижение двигательной активности, все возрастающее воздействие на их организм неблагоприятных внешних факторов прямо или косвенно приводят к негативным функциональным изменениям в состоянии здоровья молодых россиян. В настоящее время происходит процесс критического осмысления многих теоретических и практических положений в области физического воспитания подрастающего поколения в рамках образовательной программы. Резкое ухудшение здоровья детей связано именно со школой и является следствием существующей системы образования, сегодняшних стандартов обучения и воспитания. Необходимость определения реальных механизмов, обеспечивающих укрепление здоровья, гармоничность развития, повышение физической и умственной работоспособности, продиктована поиском неиспользованных резервов для совершенствования физического состояния детей. Наиболее эффективно эти задачи реализуются при использовании межпредметных связей. Поэтому передо мной стал вопрос: как заинтересовать детей физическими упражнениями, как повысить работоспособность учащихся, как открыть для них мир физической культуры? На данные вопросы следует искать ответы в реализации межпредметных связей физической культуры с другими предметами, входящими в программу школьного обучения. Занятия физической культурой делают учащихся не только сильными, ловкими, быстрыми – они учат уважать себя и заботиться о себе. Как показывает опыт межпредметные связи физической культуры с другими предметами, не только улучшают физическую подготовленность, но и повышают интерес учащихся к занятиям физической культурой.

В исследованиях известных ученых - педагогов И.Д. Зверева, В.М. Коротова, М.Н. Скаткина и других, межпредметные связи выступают как условие единства обучения и воспитания, средство комплексного подхода к предметной системе обучения. Прогрессивные педагоги – Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский, Н.К. Крупская подчеркивали необходимость взаимосвязей между учебными предметами для отражения целостной картины природы «в голове ученика», для создания истинной системы знаний и правильного миропонимания.

Физическая культура в школе – общеобразовательный предмет, и наравне с другими школьными дисциплинами содержание учебного процесса складывается из знаний, умений и навыков. Сложнее состоит со знаниями, с теорией. Задача учителя – раскрыть учащимся подлинный смысл физической культуры как средства гармонического развития человека, организации здорового образа жизни, укрепления здоровья, подготовки к трудовой деятельности. Следовательно, учащимся необходимы теоретические знания, повышающие эффективность физических упражнений, и занятия по теории должны стать частью учебного процесса, основной формой которого является урок.

Межпредметные связи есть педагогическая категория для обозначения синтезирующих, интегративных отношений между объектами, явлениями и процессами реальной действительности, нашедших свое отражение в содержании, формах и методах учебно - воспитательного процесса и выполняющих образовательную, развивающую и воспитывающую функции в их ограниченном единстве.

Межнаучного взаимодействия можно выделить три наиболее общие направления:

1. Комплексное изучение разными науками одного и тоже объекта.
2. Использование методов одной науки для изучения разных объектов в других науках.
3. Привлечение различными науками одних и тех же теорий, законов для изучения разных объектов.

Функции межпредметных связей

Образовательная функция межпредметных связей состоит в том, что с их помощью учитель формирует такие качества знаний учащихся, как системность, глубина, осознанность, гибкость. Межпредметные связи выступают как средство развития понятий, способствуют усвоению связей между ними и общими понятиями.

Развивающая функция межпредметных связей определяется их ролью в развитии системного и творческого мышления учащихся, в формировании их познавательной активности, самостоятельности и интереса к познанию. Межпредметные связи помогают преодолеть предметную инертность мышления и расширяют кругозор учащихся.

Воспитывающая функция межпредметных связей выражена в их содействии всем направлениям воспитания обучающихся в обучении Учитель, опираясь на связи с другими предметами, реализует комплексный подход к воспитанию.

Методологическая функция выражена в том, что только на их основе возможно формирование у учащихся диалектико-материалистических взглядов на природу, современных представлений о ее целостности и развитии, поскольку межпредметные связи способствуют отражению в обучении методологии современного естествознания, которое развивается по линии интеграции идей и методов с позиций системного подхода к познанию природы.

Конструктивная функция межпредметных связей состоит в том, что с их помощью учитель совершенствует содержание учебного материала, методы и формы организации обучения. Реализация межпредметных связей требует совместного планирования учителями комплексных форм учебной и внеклассной работы, которые предполагают знания ими учебников и программ смежных предметов.

Методики проведения учебной и массовой физкультурно-оздоровительной деятельности учащихся:

- ***практические межпредметные уроки*** («физическая культура – русский язык», «физическая культура – математика», «физическая культура – история», «физическая культура – английский язык» и другие, основанных на взаимосвязи с общеобразовательными предметами;
- ***внеурочные теоретические классно формы*** (урок физической культуры – спортивный праздник; спортивные соревнования «Лыжня России», городские спортивные соревнования «мини-футбол», «Лёгкая атлетика», спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» и других, основанных не только на школьной учебной программе по физической культуре.

2.4.Содержание программы

№ п/п	**Вид программного материала**	**Количество часов (уроков)**			
		класс			
		1	**2**	**3**	**4**
1.	Знания о физической культуре	4	4	4	4
2.	Организация здорового образа жизни	3	3	3	3
3.	Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью, ОФП	2	2	2	2
4.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3	3	3	3
5.	Спортивно-оздоровительная деятельность				
5.1	Подвижные игры, спортивные игры	25	30	30	30
5.2	Гимнастика с элементами акробатики	19	21	21	21
5.3	Лёгкоатлетические упражнения	23	20	20	20
5.4	Лыжная подготовка	19	19	19	19
	Итого часов в год:	**99**	**102**	**102**	**102**

Раздел 3. Тематическое планирование по физической культуре по классам

1 класс - 99 ч.

Тема	**Основное содержание по теме**	**Характеристика деятельности учащихся**
Раздел 1. Знание о физической культуре (4 ч)		
Понятие о физической культуре	Значение понятия «физическая культура»	Объяснять значение понятия «физическая культура»; определять и кратко характеризовать значение занятий физическими упражнениями для человека
Зарождение и развитие физической культуры	Физическая культура древних народов на примере народов Крайнего Севера (обрядовые танцы, игры), Древнего Египта, Древней Греции, Древнего Рима	Пересказывать тексты о развитии физической культуры в древнем мире; с помощью иллюстраций в тексте учебника объяснять связь физической культуры и охоты в древности; описывать способ обучения детей приёмам охоты у древних народов
Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью	Связь физической подготовки с охотой в культуре народов Крайнего Севера. Связь физической подготовки с военной деятельностью в культурах древних цивилизаций	Понимать значение физической подготовки в древних обществах; называть физические качества, необходимые охотнику; понимать важность физического воспитания в детском возрасте; раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека
Внешнее строение тела человека	Части тела человека	Называть части тела человека
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 ч)		
Правильный режим дня	Планирование режима дня школьника 1 класса. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультминутки	Понимать значение понятия «режим дня»; называть элементы режима дня; понимать значение утренней гигиенической гимнастики и физкультминуток; соблюдать правильный режим дня
Здоровое питание	Режим питания школьника 1 класса. Правила	Понимать понятия «правильное питание», «режим питания»;

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	здорового питания. Полезные продукты	соблюдать режим питания; различать более полезные и менее полезные для здоровья человека продукты питания
Правила личной гигиены	Гигиенические процедуры как часть режима дня; правила выполнения закаливающих процедур	Объяснять значение понятия «гигиенические процедуры»; знать правила выполнения элементарных закаливающих процедур
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)		
Простейшие навыки контроля самочувствия	Оценка самочувствия по субъективным признакам	Определять внешние признаки собственного недомогания
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (3 ч)		
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Движения руками вперёд и вверх, в стороны и вверх, вращения руками, ходьба, наклоны вперёд, приседания и т. п.	Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений
Физические упражнения для физкультминуток	Движения руками вперёд и вверх, приседания, наклоны вперёд, назад, в стороны, ходьба на месте с высоким подниманием бедра	Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений
Упражнения для профилактики нарушений зрения	Правила чтения (освещение, расположение книги при чтении)	С помощью иллюстраций в тексте учебника объяснять правила чтения; знать и выполнять основные правила чтения
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (87 ч)		
Лёгкая атлетика (23 ч)	Бег, прыжки, упражнения с резиновым мячом (подбрасывания, броски из разных положений и ловля мяча), игры с бегом, прыжками, метаниями малого мяча	Знать основные правила выполнения бега, прыжков и метаний малого мяча; правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков; бегать с максимальной скоростью на дистанцию до 10 м
Гимнастика с основами	Строевые упражнения и строевые приёмы (основная	Понимать правила техники безопасности при занятиях гимнастикой;

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
акробатики (23 ч)	стойка, стойка ноги врозь, положения рук, положения ног, стойка на носках, упор присев. Наклоны и повороты туловища в разные стороны. Команды «Становись!», «Смирно!», «Равняйсь!», «Вольно!», «Разойдись!»). Лазание по гимнастической стенке разными способами, перелезания через низкие препятствия (одну и две гимнастические скамейки, поставленные друг на друга)	понимать технику выполнения упражнений; правильно выполнять основные строевые упражнения и команды, упражнения по лазанию и перелезанию
Лыжная подготовка (19 ч)	Одежда для занятий лыжной подготовкой, выбор снаряжения для занятий, способы переноски лыж, стойки на лыжах. Передвижения на лыжах (повороты переступанием, скользящий ход)	Подбирать одежду для занятий лыжной подготовкой; понимать и называть правила техники безопасности при лыжной подготовке; выполнять основные приёмы переноски лыж, построения и перестроения на лыжах; выполнять скользящий ход
Подвижные игры (22 ч)	Правила проведения подвижных игр. Правила общения во время подвижной игры	Играть в подвижные игры; развивать навыки общения со сверстниками

2 класс - 102 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Раздел 1. Знания о физической культуре (4 ч)		
Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр	Понятие «Олимпийские игры». Место появления и особенности древних Олимпийских игр. Понятие «чемпион»	Пересказывать тексты об истории возникновения Олимпийских игр; понимать миротворческую роль Олимпийских игр в древнем мире

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Скелет и мышцы человека	Части скелета человека. Назначение скелета и скелетных мышц в теле человека	Называть части скелета человека; объяснять функции скелета и мышц в организме человека
Осанка человека	Понятие осанки. Влияние осанки на здоровье. Правильная осанка в положении сидя и стоя	Определять понятие «осанка»; обосновывать связь правильной осанки и здоровья организма человека; описывать правильную осанку человека в положении сидя и стоя
Стопа человека	Функции стопы. Понятие «плоскостопие»	Определять понятие «плоскостопие»; описывать причину возникновения плоскостопия и влияние заболевания на организм человека
Одежда для занятий разными физическими упражнениями	Одежда для занятий физи-ческими упражнениями в разное время года	Подбирать спортивную одежду в зави-симости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 ч)		
Правильный режим дня	Понятие о здоровом образе жизни. Элементы режима дня. Планирование своего режима дня	Объяснять значение понятия «здоровый образ жизни»; составлять правильный режим дня; объяснять значение сна и правильного питания для здоровья человека
Закаливание	Понятие о закаливании. Простейшие закаливающие процедуры (воздушные ванны, обтирания, хождение босиком)	Называть способы закаливания организма; обосновывать смысл закаливания; описывать простейшие процедуры закаливания
Профилактика нарушений зрения	Причины утомления глаз и снижения остроты зрения	Называть правила гигиены чтения, просмотра телевизора, работы за компьютером; определять правильное положение тела при чтении и работе за компьютером
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)		

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Оценка правильности осанки	Контроль осанки в положении сидя и стоя	Определять правильность осанки в положении стоя у стены; научиться контролировать осанку в положении сидя и стоя
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (3 ч)		
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Движения руками вперёд, вверх, в стороны, вращения прямых рук, наклоны вперед с доставанием разноимённой ноги пальцами рук, приседания на носках с последующим выпрямлением туловища, упор присев из основной стойки	Уметь готовить место для занятия утренней гигиенической гимнастикой; выполнять упражнения для утренней гигиенической гимнастики
Физические упражнения для физкультминуток	Движения руками вперёд и вверх, приседания, наклоны вперёд, назад, в стороны, ходьба на месте с высоким подниманием бедра	Уметь планировать физкультминутки в своём режиме дня; выполнять упражнения для физкультминутки
Физические упражнения для расслабления мышц	Расслабление мышц в положении лёжа на спине	Понимать значение в жизни человека умения расслаблять мышцы; понимать назначение упражнений для расслабления мышц
Физические упражнения для профилактики нарушений осанки	Ходьба, сидение на коленях и стойка на одной ноге с удержанием книги на голове	Выполнять упражнения во время самостоятельных занятий физической культурой
Физические упражнения для профилактики плоскостопия	Ходьба босиком по гимнастической палке, захватывание мелких предметов (теннисный мяч, гимнастическая палка) стопами и пальцами ног. Ходьба босиком по траве и песку	Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия в составе комплекса упражнений для утренней гигиенической гимнастики
Физические упражнения для профилактики нарушений зрения	Упражнения для зрения (согревание глаз, массаж области лба и висков, массаж задней поверхности шеи)	Раскрывать правила гигиены работы за компьютером; выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения
Комплексы упражнений для	Упражнения для развития гибкости (повороты	Понимать значение понятий «двигательные качества», «выносливость»,

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
развития основных двигательных качеств	туловища влево и вправо с разведёнными в сторону руками, наклоны туловища вперёд, махи правой и левой ногой вперёд и назад, в сторону, глубокие выпады правой и левой ногой вперёд и вбок), силы мышц (отжимание от пола в упоре лёжа и в упоре на гимнастической скамейке), выносливости (длительный бег в среднем темпе), ловкости (подвижные игры), быстроты движений (выпрыгивания вверх на двух ногах, прыжки с разведением ног в стороны, прыжки с захватом ног руками)	«сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»; выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (90 ч)		
Лёгкая атлетика (23 ч)	Беговые упражнения (бег в среднем темпе, бег с максимальной скоростью, бег с ускорением, челночный бег на полосе 3 × 10 м), прыжковые упражнения (в длину с места, в длину с разбега 3–5 шагов), метание резинового мяча разными способами (вверх двумя руками, вперёд одной рукой, двумя руками от груди, двумя руками из-за головы, снизу двумя руками)	Называть правила техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой; правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков; бегать с максимальной скоростью на дистанцию до 30 м; бегать дистанцию 1 км на время; выполнять прыжок в длину с разбега
Гимнастика с основами акробатики (23 ч)	Строевые приёмы и упражнения (ходьба на полусогнутых ногах, в приседе, на носках, широким шагом, с высоким подниманием коленей; выполнение команд «По порядку рассчитайсь!», «На первый-второй рассчитайсь!»; повороты направо, налево, кругом; построения в шеренгу, в колонну по одному;	Выполнять строевые приёмы и упражнения; использовать упражнения по подтягиванию и отжиманию для развития мышечной силы; выполнять основные элементы кувырка вперёд

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	выполнение команд «Шагом марш!», «Стой!»; передвижения в колонне по одному). Отжимание в упоре лежа и в упоре на гимнастической скамейке, подтягивание на высокой и низкой перекладине. Группировка, перекаты в группировке, кувырок вперёд	
Лыжная подготовка (19 ч)	Подъём на пологий склон способом «лесенка», торможение «плугом»	Выполнять передвижение по ровной местности (ступающим шагом с палками и без палок, скользящим шагом, прохождение дистанции 1 км скользящим шагом), спуски с пологих склонов, торможение «плугом», подъём «лесенкой»; описывать правила хранения лыж, называть правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке
Подвижные и спортивные игры (25 ч)	Подвижные игры с включением бега, прыжков, метаний мяча для занятий на свежем воздухе и в спортивном зале	Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; понимать правила подвижных игр; играть в подвижные игры по правилам

3 класс - 102 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Раздел 1. Знания о физической культуре (4 ч)		
История физической культуры в древних обществах. Связь физической культуры с профессионально-трудовой и военной деятельностью	Физическая культура в Междуречье, Древнем Египте, Древней Греции, Древнем Риме	Пересказывать тексты о развитии физической культуры в древнем мире; понимать роль физической культуры в древних обществах; понимать связь между военной деятельностью и спортом

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
История физической культуры в Европе в Средние века. Связь физической культуры с военной деятельностью	Физическая подготовка воинов. Рыцарские турниры	Пересказывать тексты о физической культуре Европы в Средние века; понимать связь между военной деятельностью и спортом
Физическая культура народов разных стран	Особенности физической культуры Древнего Китая, Японии, Индии	Описывать особенности физической культуры некоторых стран Востока
Обувь и инвентарь для занятий физическими упражнениями	Одежда и спортивный инвентарь для занятий в помещении и в разные сезоны на открытом воздухе	Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений
Основные двигательные качества человека	Способы развития выносливости, силы, быстроты, гибкости, ловкости	Объяснять значение основных понятий учебной темы («двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»); описывать способы развития основных двигательных качеств человека
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 ч)		
Правильное питание	Правила здорового питания. Влияние режима питания на состояние пищеварительных органов	Формулировать правила здорового питания; обосновывать важность правильного режима питания для здоровья человека; знать продолжительность перерыва между приёмом пищи и активными занятиями физическими упражнениями
Правила личной гигиены	Функции кожи. Необходимость поддержания чистоты кожных покровов	Объяснять главные функции кожи; обосновывать необходимость поддержания чистоты кожных покровов; называть правила гигиены кожи; выполнять регулярные гигиенические процедуры
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)		

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Измерение длины и массы тела	Способы измерения длины тела с помощью линейки. Измерение массы тела. Понятие о среднем росте и весе школьника	Объяснять значение измерения длины и массы тела; измерять длину и массу тела; наблюдать свои показатели длины и массы тела
Оценка основных двигательных качеств	Правила ведения дневника самоконтроля. Простейшие двигательные тесты для проверки мышечной силы (отжимания, подтягивание на перекладине, приседания), быстроты движений (бег на короткие дистанции до 10 м), выносливости (бег на дистанции 1 км) и гибкости (наклон вперёд из положения стоя)	Регулярно вести дневник самоконтроля; понимать необходимость развития основных двигательных качеств; самостоятельно тестировать свои двигательные качества; наблюдать уровень развития своих двигательных качеств
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (4 ч)		
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Подготовка помещения к занятиям утренней гигиенической гимнастикой. Упражнения для утренней зарядки (потягивания, приседания, наклоны вперёд стоя на коленях, махи руками и ногами в левую и правую стороны и т. д.)	Выполнять подготовку помещения к занятиям утренней гигиенической гимнастикой; выполнять усвоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики
Физические упражнения для физкультминуток	Упражнения для активизации кровообращения в конечностях	Выполнять физкультминутки в домашних условиях
Физические упражнения для профилактики нарушений осанки	Упражнения у стены при сохранении правильной осанки (многократные приседания с опорой спиной о стену, отведение прямой ноги в сторону). Упражнения с гимнастической палкой (наклоны в стороны палка на вытянутых руках, повороты туловища влево и вправо с палкой за спиной)	Выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки
Упражнения для профилактики	Согревание глаз ладонями.	Выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
нарушений зрения	Горизонтальные, вертикальные движения глазами, моргание в быстром темпе	
Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	Упражнения для развития силы мышц (прыжки вверх на двух ногах из глубокого приседа, отжимания от пола, метания мяча на дальность и из разных исходных положений), быстроты (броски мяча о стену и его ловля, броски мяча в стену и его ловля после поворота на 360°, бег на месте с высоким подниманием бедра в максимально быстром темпе, круговые движения ногами в положении лёжа — «велосипед»), выносливости (пробежка в среднем темпе; бег в среднем темпе с чередованием передвижений лицом вперёд, правым и левым боком; бег в среднем темпе с изменениями направления и темпа движений), гибкости (наклоны вперёд в положении стоя до касания руками коленей или пола; наклоны в стороны с максимальной амплитудой; приседание с вытянутыми вперёд руками)	Выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (89 ч)		
Лёгкая атлетика (23 ч)	Основные фазы бега. Беговые упражнения (на короткие дистанции 10–30 м, на выносливость до 1 км, с высоким подниманием бедра, с ускорением). Высокий старт. Прыжковые упражнения (в длину с места, в высоту способом «перешагивание»). Метания малого мяча (способы держания мяча, фазы метания, метание на дальность)	Называть основные фазы бега; выполнять высокий и низкий старты; бегать с максимальной скоростью на дистанции 30 и 60 м; преодолевать дистанцию 1 км на время; прыгать в длину с места и с разбега, в высоту способом «перешагивание»; выполнять метания малого мяча на дальность с места и с разбега, в цель

Тема	**Основное содержание по теме**	**Характеристика деятельности учащихся**
Гимнастика с основами акробатики (23 ч)	Строевые упражнения и строевые приёмы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две (три) шеренги и в колонны; перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд «Кругом!», «Направо!», «Налево!», «Направо (налево) разомкнись!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Бегом марш!», «Обычным шагом марш!», «Налево (направо) в обход шагом марш!», «Класс, стой!», «Вольно!»; передвижения в колонне с изменением скорости). Лазание по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1–2 перекладины). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд, стойка на лопатках. Упражнения с гимнастической палкой	Называть основные положения тела; выполнять строевые команды и упражнения; выполнять гимнастические и акробатические упражнения
Лыжная подготовка (19 ч)	Экипировка лыжника. Попеременный двушажный ход. Подъём способом «лесенка» и «елочка». Поворот на спуске переступанием на внешнюю лыжу. Спуски в основной стойке	Знать и выполнять правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке; проходить на лыжах дистанцию до 1 км на время
Подвижные и спортивные игры (24 ч)	Подвижные игры с включением бега, прыжков и метаний. Элементы футбола (удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы и передней частью подъёма стопы; остановка мяча подошвой; ведение	Знать и выполнять правила техники безопасности во время занятий футболом; освоить элементы игры в футбол; организовывать и проводить подвижные игры; договариваться о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	мяча носком ноги)	

4 класс - 102 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Раздел 1. Знания о физической культуре (4 ч)		
История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны	Связь физической культуры с русскими народными традициями и обычаями. Традиционные развлечения физкультурно-оздоровительной направленности у народов России. Популярные виды спорта в современной России	Описывать с помощью иллюстраций в учебнике виды традиционных спортивных игр и развлечений, характерных для нашей страны; обосновывать значение традиционных спортивных развлечений на Руси; объяснять связь между видами спорта и природными особенностями нашей страны; называть самые популярные виды спорта в России
Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр	Причины возрождения Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в восстановлении традиции Олимпийских игр. Олимпийский огонь и Олимпийские кольца. Церемония открытия Олимпийских игр	Анализировать и отвечать на вопросы по тексту о возрождении Олимпийских игр; объяснять различие между летними и зимними Олимпийскими играми; объяснять значение цветов Олимпийских колец; с помощью иллюстраций в тексте учебника называть талисманы Олимпиады 2014 г.; описывать церемонию открытия Олимпийских игр
Опорно-двигательная система человека	Функции частей скелета человека. Скелет конечностей человека. Характеристика мускулатуры человека. Сухожилия. Типы соединений костей	Называть части скелета человека; определять функции частей скелета и мускулатуры человека
Предупреждение травматизма во время занятий физическими	Виды травм. Понятие «разминка»	Различать основные виды травм; освоить приёмы оказания первой доврачебной помощи при простых

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
упражнениями		травмах
Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания	Строение дыхательных путей человека. Этапы процесса дыхания. Тренированность дыхательной системы. Правильное дыхание. Влияние загрязнённого воздуха на лёгкие. Вред курения	Понимать строение дыхательной системы человека; характеризовать процесс дыхания; объяснять функцию дыхательной системы; называть способы тренировки дыхания; понимать связь между курением и заболеваемостью органов дыхания
Способы передвижения человека	Ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, плавание как способы передвижения человека	Определять понятия «ходьба», «бег», «прыжки», «лазание», «ползание», «плавание»; выявлять и характеризовать различия между основными способами передвижения человека
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 ч)		
Массаж	Причины утомления. Понятие о массаже, его функции	Определять понятие «массаж»; объяснять роль массажа; демонстрировать простейшие приёмы массажа (поглаживания, разминания)
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (2 ч)		
Измерение сердечного пульса	Понятие «сердечный пульс». Самостоятельное измерение сердечного пульса	Характеризовать понятие «частота сердечных сокращений»; объяснять функции сердца; измерять частоту сердечных сокращений; наблюдать собственную ЧСС в состоянии покоя
Оценка состояния дыхательной системы	Частота дыхательных движений как показатель здоровья человека. Самостоятельное измерение частоты дыхательных движений	Понимать связь между физической тренированностью человека и частотой дыхания в покое; оценивать состояние дыхательной системы по частоте дыхания в покое и после физической нагрузки

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (4 ч)		
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Приседания, наклоны вперёд, стойка «ласточка», наклоны стоя на коленях, прогибания назад лёжа на животе, махи руками и ногами влево и вправо, упражнение для растягивания мышц «Дровосек»	Выполнять освоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики; самостоятельно изменять комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики
Физические упражнения для физкультминуток	Упражнения для активизации кровообращения в конечностях (повторение материала предыдущего года обучения)	Выполнять физкультминутки в домашних условиях
Физические упражнения для профилактики нарушений осанки	Упражнения у стены при сохранении правильной осанки (многократные приседания с опорой спиной о стену, отведение прямой ноги в сторону; поочерёдное подтягивание левого и правого колена к груди, глубокие наклоны в стороны с вытянутыми в стороны руками, удержание позы «руки вверх»)	Выполнять физические упражнения для профилактики нарушений осанки
Упражнения для профилактики нарушений зрения	Горизонтальные, вертикальные движения глазами, моргание в быстром темпе. Перевод взгляда с далеко расположенных предметов на близко расположенный предмет	Выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения
Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	Упражнения для развития силы мышц (приседания на двух ногах, прыжки вверх на двух ногах из глубокого приседа, отжимания от пола, метания набивного мяча на дальность из разных исходных положений), быстроты (броски мяча о стену и его ловля, броски мяча в стену и его ловля после поворота на 360°, бег на месте с высоким подниманием бедра в	Выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств; вместе с учителем составлять индивидуальный комплекс упражнений для развития основных двигательных качеств

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	максимально быстром темпе, бег в максимальном темпе на дистанцию 10–15 м), выносливости (бег в среднем темпе с чередованием передвижений лицом вперёд, правым и левым боком, поворотами вокруг оси; бег в среднем темпе с изменениями направления и темпа движений, бег по пересечённой местности), гибкости (глубокие наклоны вперёд в положении стоя до касания пола руками с удержанием этого положения; наклоны в стороны с максимальной амплитудой; перешагивание через скакалку, сложенную вчетверо)	
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (89 ч)		
Лёгкая атлетика (18 ч)	Беговые упражнения (бег на короткие дистанции 10–60 м, на дистанцию до 1 км, бег с изменением направления движения, с поворотами вокруг своей оси, спиной вперёд, с чередованием максимальной и средней скорости). Высокий старт. Прыжки (в длину с разбега, в высоту способом «перешагивание», многоскоки). Метание малого мяча на дальность с разбега	Называть правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики; правильно выполнять технику бега и прыжков; бегать с максимальной скоростью на разные дистанции до 60 м; бегать дистанцию 1 км на время; выполнять прыжок в длину с разбега способом согнув ноги; метать малый мяч на дальность и на точность; выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание»
Гимнастика с основами акробатики (20 ч)	Построения, перестроения, расчёты, передвижения в колонне (повторение материала курса 3 класса). Выполнение строевых приёмов в усложнённых условиях (с закрытыми глазами, в быстром темпе, после выполнения физической нагрузки). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд.	Называть правила техники безопасности на уроках гимнастики и акробатики; выполнять строевые упражнения и строевые приёмы; выполнять акробатические упражнения, лазание, ползание

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	Стойка на лопатках	
Лыжная подготовка (17 ч)	Одновременный одношажный лыжный ход. Подъём способом «полуёлочка». Поворот при спуске с переступанием на внутреннюю лыжу. Спуски в низкой стойке	Называть правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке; проходить разными способами дистанцию на лыжах до 1 км на время; выполнять спуск со склона изученными способами в основной и низкой стойке
Подвижные и спортивные игры (20 ч)	Правила и элементы игры в волейбол (нижняя прямая и верхняя прямая подачи; приём и передача мяча двумя руками сверху; приём мяча двумя руками снизу). Игры с бросанием волейбольного мяча на дальность и на дальность отскока мяча после броска одной рукой о стену. Правила и элементы игры в баскетбол (ведение мяча левой и правой руками; передача мяча одной и двумя руками от груди; бросок мяча двумя руками из-за головы, одной рукой от груди, приём мяча двумя руками). Подвижные игры с мячом	Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры в волейбол и баскетбол; выполнять основные технические действия волейбола и баскетбола; организовывать и проводить подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками

Раздел 3. Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Дата	Тема урока	Решаемые проблемы	Вид контроля	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
					Предметные результаты	**УУД**	**Личностные результаты**
1		Урок - викторина "Безопасное поведение на уроках"	Как вести себя в спортивном зале?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятии «физическая культура»; характеризовать роль и значение уроков физической культуры, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма	*Регулятивные:* *целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу; *планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные:* *общеучебные* - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. *Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью	*Смыслообразование* – адекватная мотивация учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация* —умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2		Урок -игра "Перекати поле"	Что такое перекаты?	текущий	**Научатся:** держать группировку; выполнять упражнения на матах (перекаты вправо-влево), разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»; соблюдать правила взаимодействия с игроками	*Регулятивные:* *целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу. *Познавательные:* *общеучебные* - использовать общие приемы решения поставленных задач. *Коммуникативные:* *инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение	*Смыслообразование* - адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)
3		Урок - соревнование: бег на 30 м с высокого старта	Что такое техника бега?	тестирование	**Научатся:** выполнять беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру «Салки с домом»; соблюдать правила	*Регулятивные:* *планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные:* *общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из

					взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе)	*Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	спорных ситуаций
4		Урок-игра "Челноки" (челночный бег 3*10 м)	Что такое челночный бег?	тестирование	**Научатся:** выполнять усложненный вариант беговой разминки, движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* — формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* - адекватная мотивация учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация*—умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5		Спортивный марафон: перекаты и группировка	Что такое перекаты? Что такое группировка?	текущий	**Научатся:** держать группировку, выполнять упражнения на матах, перекаты вправо-влево, разминку с мешочками; играть в подвижную игру «Передача мяча в тоннеле»	*Регулятивные: планирование* — применять установленные правила в планировании способа решения задачи. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — задавать вопросы, обращаться за помощью	*Смыслообразование* —мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация* —навыки сотрудничества в разных ситуациях,

							умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
6		Урок-викторина "Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовки"	Как стать выносливым?	текущий	**Научатся:** **о**риентироваться в понятиях «общая» и «специальная физическая подготовка»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе); соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* — применять установленные правила в планировании способа решения задачи. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. *Коммуникативные:* планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы, обращаться за помощью	*Смыслообразование* —мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация* —навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
7		Урок-игра «Метания мяча»	Как правильно и точно выполнять метание мяча?	текущий	**Знают,** как возникла физическая культура в Древнем мире. **Научатся** выполнять разминку в движении, метание мешочка (мяча) на дальность, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «Жмурки»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* — формулировать учебные задачи вместе с учителем; *коррекция* —вносить изменения в план действия. *Познавательные: общеучебные* — определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — задавать вопросы; *управление коммуникацией* — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	*Смыслообразование* — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)
8		Спортивный марафон «Усложненные перекаты»	Что такое перекаты? Как выполнять перекаты?	текущий	**Научатся:** выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками,	*Регулятивные: планирование* - выполнять действия в соответствии с постав-ленной задачей и условиями ее реализации.	*Смыслообразование* — мотивация учебной деятельности (учебно-познавательная)

					на внимание, для мышц живота	*Познавательные: знаково-символические* - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* — ставить вопросы, обращать за помощью, слушать собеседника	
9		Урок-викторина «Ритм и темп»	Что такое ритм? Что такое темп?	текущий	**Научатся:** понимать отличия разных способов передвижения; ориентироваться в понятиях «темп» и «ритм»; метать мешочек (мяч) на дальность; играть в подвижную игру «Гуси-лебеди»	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной форме. *Коммуникативные: взаимодействие* — задавать вопросы, формулировать свою позицию	*Самоопределение* — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровье-сберегающего по-ведения
10		Урок-путешествие "Здоровый образ жизни: режим дня."	Что такое режим дня?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза»	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной форме. *Коммуникативные: взаимодействие* — задавать вопросы, формулировать свою позицию	*Самоопределение* — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровье-сберегающего по-ведения
11		Урок-игра «Усложненные перекаты»	Что такое усложненные перекаты?	текущий	**Научатся:** выполнять усложненный вариант перекатов, упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: контроль и самоконтроль* —сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. *Познавательные: общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* — формулировать свои затруднения	*Самоопределение* — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения

12		Калейдоскоп игр с прыжками.	Как прыгать вверх на месте? Как стать выносливым?	текущий	**Научатся:** подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега; выполнять различные виды прыжков, упражнения на расслабление рук, строевые упражнения; играть в подвижную игру «Два Мороза»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* - формулировать и удерживать учебную задачу. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* — формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* - адекватная мотивация учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация*—умение не создавать конфликтови находить выходы из спорных ситуаций
13		Урок-путешествие "Здоровый образ жизни: личная гигиена человека"	Что такое здоровый образ жизни?	тестирование	**Научатся:** ориентироваться в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «Два Мороза»	*Регулятивные: целеполагание* - *удер*живать учебную задачу; *осуществление учебных действий*— использовать речь для регуляции своего действия; *коррекция* – вносить изменения в способдействия. *Познавательные: общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	*Нравственно-этическая ориентация* - уважительное отношение к чужому мнению. *Самоопределение* — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
14		Урок - игра "Перевертыши"	Как выполнить кувырок вперед?	Текущий, индивидуальный	**Научатся:** выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* - *удер*живать учебную задачу; *осуществление учебных действий*— использовать речь для регуляции своего действия; *коррекция* – вносить изменения в способ действия. *Познавательные: общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных	*Нравственно-этическая ориентация* - уважительное отношение к чужому мнению. *Самоопределение* — самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

						задач.	
15		Урок-игра "Точный бросок"	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	тестирование	**Научатся:** выполнять броски мяча в горизонтальную цель, разминку с малыми мячами; играть в подвижную игру «Охотник и зайцы»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью; *взаимодействие* - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	*Нравственно-этическая ориентация* — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
16		Русские народные подвижные игры.	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
17		Кувырок вперед	Как выполнить кувырок вперед?	текущий, индивидуальный	**Научатся:** выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»	*Регулятивные: целеполагание* — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: управление коммуникацией* -осуществлять взаимный контроль	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
18		Прыжок в длину с места	Как вести контроль за развитием	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на	*Регулятивные: целеполагание* - формировать и удерживать учебную задачу; *прогнозирование* - предвидеть	*Самоопределение* — осознание ответственности

			двигательных качеств?		развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	уровень усвоения знаний, его временных характеристик. *Познавательные: общеучебные* - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: взаимодействие* - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
19		Комплекс ОРУ на развитие координации движений.	Какие существуют упражнения на координацию?	текущий	**Научатся:** выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»	*Регулятивные: целеполагание* — формулировать учебную задачу в сотрудничестве с учителем. *Познавательные: общеучебные* - выбирать наиболее эффективные способы решения задачи. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения задач	*Самоопределение* — внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физическая культура
20		Стойка на лопатках. «Мост»	Как выполнить стойку на лопатках?	тестирование	**Научатся:** ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные:* общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные:* управление коммуникацией -осуществлять взаимный контроль	Нравственно-этическая ориентация — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
21		Гибкость - наклон вперед из положения стоя	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения стоя»?	тестирование	**Научатся:** ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять наклон вперед из положения стоя на результат, бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и	*Регулятивные: целеполагание* - формулировать учебную задачу; *планирование* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно формулировать познавательную цель; *логические* - подводить под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за	*Самоопределение* - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

					безопасности во время занятий	помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	
22		Утренняя зарядка. Стойка на лопатках	Как выполнить стойку на лопатках?	текущий	**Научатся:** выполнять упражнения утренней гимнастики, «стойка на лопатках», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные:* общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные:* управление коммуникацией -осуществлять взаимный контроль	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
23		Стойка на лопатках, «Мост»	Как выполнить стойку на лопатках? "мост"?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятии «стойка на лопатках», "мост"; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные:* общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные:* управление коммуникацией -осуществлять взаимный контроль	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
24		Физкультминутки, их значение в жизни человека	Что такое физминутки?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятии «физкультминутка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминутку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной форме. *Коммуникативные: взаимодействие* — задавать вопросы, формулировать свою позицию	*Самоопределение* — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения

25		Комплекс ОРУ. Подтягивание на низкой перекладине	Что такое подтягивание?	тестирование	**Научатся:** выполнять подтягивания на низкой перекладине, упражнения с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной форме. *Коммуникативные: взаимодействие* — задавать вопросы, формулировать свою позицию	*Самоопределение* — Осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
26		Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
27		Подвижные игры	Каковы правила проведения подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
28		Урок - игра «Упражнения под музыку и стихи".	Как выполнять упражнения под музыку	текущий	**Научатся:** выполнять упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение; выполнять физкультминутку	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - использовать речь для регуляции своего действия. *Познавательные: общеучебные* - применять правила и пользоваться инструкциями. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	*Самоопределение* - проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой

29		Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
30		Строевые упражнения	Что такое строевые упражнения?	тестирование	**Научатся:** выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву»	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - использовать речь для регуляции своего действия. *Познавательные: общеучебные* - применять правила и пользоваться инструкциями. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	*Самоопределение* - проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой
31		Урок - викторина "Познавательная гимнастика"	Какие правила поведения на уроках гимнастики необходимо знать и выполнять?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятии "*гимнастика"*; характеризовать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы гимнастических упражнений в соответствии с изученными правилами	*Регулятивные: целеполагание* — формулировать и удерживать учебную задачу. *Познавательные: общеучебные* — использовать общие приемы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - ставить вопросы и обращаться за помощью	*Смыслообразование* — адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
32		Упражнения на	Как	текущий	**Научатся:** выполнять	*Регулятивные: целеполагание* —	*Смыслообразование* -

		гимнастическо й скамейке	выполнять упражнения на гимнастическо й скамейке ?		разминку на гимнастической скамейке, упоры; проходить по станциям круговой тренировки	преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — использовать общие приемы решения поставленных задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* — ставить вопросы, обращаться за помощью	самооценка на основе критериев успешной деятельности
33		Кувырок вперед	Как выполнить кувырок вперед?	тестировани е	**Научатся:** выполнять разминку со стихотворным сопровождением и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»	*Регулятивные: целеполагание* — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: управление коммуникацией* -осуществлять взаимный контроль	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
34		Комплекс ОРУ. Лазание по наклонной гимнастическо й скамейке	Какие правила лазания по гимнастическо й скамейке	Текущий, индивидуал ьный	**Научатся:** организовы вать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время лазания по скамейке.	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция* - вносить необходимые изменения и дополнения. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	*Самоопределение* — готовность и способность к саморазвитию
35		Упражнения на лежащем канате	Как выполнять упражнения на канате?	текущий	**Научатся:** выполнять различные виды ходьбы по канату, прыжки через канат; проходить по станциям круговой тренировки	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — использовать общие приемы решения поставленных задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* — ставить вопросы, обращаться за помощью	*Смыслообразование* - самооценка на основе критериев успешной деятельности
36		Комплекс ОРУ. Подвижные	В какой последователь	текущий	**Научатся:** выполнять разминку со	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной	*Нравственно-этическая*

		игры	ности нужно выполнять упражнения комплекса?		стихотворным сопровождением, стойку на лопатках, «мост»; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши»	задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
37		Лазание по гимнастической стенке	Что такое гимнастическая стенка?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку с гимнастическими палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
38		Лазание по гимнастической стенке	Как можно передвигаться по гимнастической стенке?	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку со стихотворным сопровождением, различные способы передвижения по стенке; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Кот и мыши»	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
39		Урок - игра "Быстрые ножки"	Какие правила ходьбы по гимнастическому канату	тестирование	**Научатся:** организовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время ходьбы по канату.	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция* - вносить необходимые изменения и дополнения. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь	*Самоопределение* — готовность и способность к саморазвитию

						для регуляции своего действия	
40		Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
41		Прыжки через скакалку	Что такое гимнастическая скакалка?	Текущий, индивидуальный	**Научатся:** выполнять беговую разминку, разминку с игровыми упражнениями со скакалкой; прыжки через скакалку; перелезать с пролета на пролет стенки различными способами; играть в подвижную игру «Ловля обезьян» (второй вариант)	*Регулятивные: планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
42		Урок-игра "Мы растем солдатами"	Что такое строевые упражнения?	текущий	**Научатся:** выполнять строевые упражнения, ходьбу змейкой и по кругу, в парах; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву»	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - использовать речь для регуляции своего действия. *Познавательные: общеучебные* - применять правила и пользоваться инструкциями. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	*Самоопределение* - проявляют положительное отношение к школе, к занятиям физической культурой
43		Преодоление	Что такое	текущий	**Научатся:** преодолева	*Регулятивные: коррекция* - адекватно	*Смыслообразование*

		полосы препятствий	полоса препятствий?		ть полосу препятствий, выполнять упражнение на внимание; проходить полосу препятствий; организовывать места занятий физическими упражнениями	воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные:* *общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные:* *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	—мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
44		Преодоление полосы препятствий	Что такое полоса препятствий?	текущий	**Научатся:** выполнять упражнение на внимание; проходить полосу препятствий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные:* *коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные:* *общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные:* *управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях
45		Урок-соревнование "Быстро движемся мы вверх"	Какие правила нужно соблюдать на соревнованиях ?	текущий	**Научатся:** выполнять беговую разминку со стихотворным сопровождением, разминку с игровыми упражнениями на гимнастической скамейке; лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет различными способами; играть в подвижную игру «Волк во рву»	*Регулятивные:* *планирование* - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. *Познавательные:* *общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные:* *взаимодействие* - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	*Нравственно-этическая ориентация* - навыки сотрудничества в разных ситуациях

46		Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
47		Подвижные игры	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
48		Игровые упражнения "Ловкий мяч"	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку с мячами; метать мяч в вертикальную цель; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	*Регулятивные: коррекция* – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью; *взаимодействие* - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	*Нравственно-этическая ориентация* — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
49		Подвижная игра «День и ночь»	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* —	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная,

					подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	внешняя)
50		Прыжки через скакалку	Как научиться прыгать через скакалку?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку со скакалками; прыгать через скакалку; играть в подвижные игры; организовывать места занятий физическими упражнениями и играми	*Регулятивные: контроль и самоконтроль* —использовать установленные правила в контроле способа решения. *Познавательные: общеучебные* — ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	*Самоопределение* — осознание ответственности человека за общее благополучие
51		Урок-викторина "Зимние виды спорта"	Какие бывают зимние виды спорта? Какой спортивный инвентарь применяют зимой?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать лыжный инвентарь, одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; различать виды спорта.	*Регулятивные: планирование* — применять установленные правила в планировании способа решения задачи. *Познавательные: общеучебные* - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. *Коммуникативные:* планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы, обращаться за помощью	*Смыслообразование* —мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. *Нравственно-этическая ориентация* —навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить правильное решение
52		Школа юного лыжника. ОРУ на лыжах.	Что нужно подготовить для занятий на лыжах?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать лыжный инвентарь, одежду и обувь в зависимости от условий проведения	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию

					занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.		
53		Урок - путешествие "Смело ступай на лыжню"	Как правильно подобрать лыжи и палки?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
54		Урок -игра "Веселый спуск"	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке?	текущий	**Научатся:** выполнять строевое упражнение «ходьба змейкой и по кругу», разминку под стихотворное сопровождение; играть в подвижную игру «Удочка»; организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!»; «На лыжи становись!»	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
55		Техника ступающего шага на лыжах	Что такое «ступающий шаг?»	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
56		Техника поворота переступанием	Каковы правила поворота	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* -	*Самоопределение* — готовность и способность

		вокруг пяток лыж	переступание м вокруг пяток лыж?		руку!» и «Лыжи к ноге!»; правильно подбирать одежду и обувь в зависимости от условий проведения занятий	искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	обучающихся к саморазвитию
57		Техника скользящего шага на лыжах без палок	Каковы правила скользящего шага на лыжах без палок?	Текущий, индивидуал ьный	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, повороты переступанием на лыжах	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
58		Техника скользящего шага на лыжах без палок	Каковы правила скользящего шага на лыжах без палок?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!»; выполнять ступающий шаг на лыжах без палок, скользящий шаг на лыжах без палок, повороты переступанием на лыжах	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
59		Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок	Каковы правила спуска в основной стойке на лыжах без палок ?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию

					занятий физическими упражнениями		
60	7.02	Урок-игра "Весело мы едем по лыжне".	Каковы правила надевания, снятия и переноски лыж в школу?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
61		Техника скользящего шага с палками на лыжах	Как передвигаться скользящим шагом с палками?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
62		Техника торможения палками на лыжах	Каковы правила торможения палками на лыжах?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию

63		Техника торможения палками на лыжах	Каковы правила торможения палками на лыжах?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
64		Движение змейкой на лыжах с палками	Каковы правила движение змейкой на лыжах с палками?	текущий	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; выполнять передвижение на лыжах "змейкой"; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
65		Движение змейкой на лыжах с палками	Каковы правила движение змейкой на лыжах с палками?	тестирование	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; выполнять передвижение на лыжах "змейкой"; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий;	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию

					организовывать места занятий физическими упражнениями		
66		Лыжный кросс	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по лыжной подготовке?	тестирование	**Научатся:** выполнять организующие команды: «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; проходить максимально длинную дистанцию; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий.	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий. *Познавательные: информационные* - искать и выделять необходимую информацию из различных источников. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности	*Самоопределение* — готовность и способность обучающихся к саморазвитию
67		ОРУ с баскетбольным и мячами	Почему необходимо соблюдать технику безопасности на занятиях по баскетболу?	текущий	**Научатся:** выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений с баскетбольными мячами, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»	*Регулятивные: коррекция* - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью; *взаимодействие* - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	*Нравственно-этическая ориентация* — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
68		Броски и ловля мяча в парах	Каковы правила развития быстроты при передаче баскетбольного мяча и его ловли?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
69		Броски и ловля мяча в парах	Каковы правила	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе;	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании	*Смыслообразование* —мотивация учебной

			развития быстроты при передаче баскетбольного мяча и его ловли?		бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	способа решения. *<u>Познавательные:</u> общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *<u>Коммуникативные:</u> планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	деятельности
70		Разновидности бросков мяча двумя руками	Каковы правила развития быстроты при броске баскетбольного мяча двумя рукой?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*<u>Регулятивные:</u> планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *<u>Познавательные:</u> общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *<u>Коммуникативные:</u> планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
71		Разновидности бросков мяча одной рукой	Каковы правила развития быстроты при броске баскетбольного мяча одной рукой?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*<u>Регулятивные:</u> планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *<u>Познавательные:</u> общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *<u>Коммуникативные:</u> планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
72		Ведение мяча на месте и в движении	Каковы правила ведения баскетбольного мяча ?	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*<u>Регулятивные:</u> планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *<u>Познавательные:</u> общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *<u>Коммуникативные:</u> планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности

						собственное мнение и позицию	
73		Броски набивного мяча	Каковы правила броска набивного мяча ?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
74		Броски мяча в кольцо способом «снизу»	Каковы правила броска мяча в кольцо способом «снизу» ?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать мяч в кольцо от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
75		Броски мяча в кольцо способом «сверху»	Каковы правила броска мяча в кольцо способом «снизу» ?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать мяч от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения;*взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
76		Подвижная игра с мячом	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры с	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)

					мячом; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
77		Подвижная игра «Охотники и утки»	Каковы правила при проведении подвижных игр?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Охотники и утки»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: коррекция* - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. *Познавательные: общеучебные* — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. *Коммуникативные: управление коммуникацией* - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
78		Акробатические упражнения	Как выполнить акробатические упражнения?	текущий	**Научатся:** ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные:* целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. *Познавательные:* общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные:* управление коммуникацией -осуществлять взаимный контроль	*Нравственно-этическая ориентация* — умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
79		Акробатические элементы в круговой тренировке	Какие существуют акробатические элементы?		**Научатся:** выполнять разминку с мячами на матах, упражнение на внимание; проходить станции круговой тренировки	*Регулятивные: целеполагание* - формулировать учебную задачу; *планирование* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно формулировать познавательную цель; *логические* - подводить под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять	*Самоопределение* - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни

						учебные действия	
80		Упражнение на выносливость	Как работать над распределением сил по дистанции?	текущий	**Научатся:** выполнять более сложный вариант бега по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Ночная охота»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений. *Познавательные: общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
81		Техника прыжка в длину с места	Как вести контроль за развитием двигательных качеств?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	*Регулятивные: целеполагание* - формировать и удерживать учебную задачу; *прогнозирование* - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. *Познавательные: общеучебные* - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: взаимодействие* - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	*Самоопределение* — осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
82		Техника прыжка в длину с места	Как вести контроль за развитием двигательных качеств?	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	*Регулятивные: целеполагание* - формировать и удерживать учебную задачу; *прогнозирование* - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. *Познавательные: общеучебные* - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: взаимодействие* - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	*Самоопределение* — осознание ответственности человека за общее благополучие и своей ответственности за выполнение долга
83		Упражнение на выносливость	Как работать над распределением сил по дистанции?	текущий	**Научатся:** выполнять более сложный вариант бега по следам, разминочную игру на внимание	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений. *Познавательные: общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности

					«Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Ночная охота»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	
84		Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа	Какие правила в подтягивании на низкой перекладине из виса лежа ?	тестирование	**Научатся:** выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	*Регулятивные: целеполагание* — преобразовывать практическую задачу в образовательную. *Познавательные: общеучебные* — осознанно строить сообщения в устной форме. *Коммуникативные: взаимодействие* — задавать вопросы, формулировать свою позицию	*Самоопределение* — осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения
85		Метание малого мяча в горизонтальную цель	Каковы правила метания теннисного мяча? Как правильно поставить руку при метании?	текущий	**Научатся:** выполнять бег с перепрыгиванием через препятствия, разминку, направленную на развитие координации движений, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»	*Регулятивные: коррекция* – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью; *взаимодействие* - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	*Нравственно-этическая ориентация* — этические чувства, доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
86		Упражнения на равновесие	Как выполнять упражнения на уравновешивание предметов?	текущий	**Научатся:** выполнять , упражнения на уравновешивание предметов, на развитие координации движений, на равновесие	*Регулятивные: целеполагание* - преобразовывать практическую задачу в познавательную. *Познавательные: общеучебные* - использовать общие приемы решения задач. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	*Самоопределение* - принятие образа хорошего ученика

87		Подъем туловища из положения лѐжа на спине за 30 секунд	Каковы правила выполнения упражнения «наклоны вперед из положения лежа»?	тестирование	**Научатся:** выполнять ходьбу и бег с изменением ритма и темпа, разминку с упражнениями на ориентировку в пространстве, упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Попрыгунчики-воробышки»	*Регулятивные: целеполагание* - формулировать учебную задачу; *планирование* - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно формулировать познавательную цель; *логические* - подводить под понятие на основе распознания объектов, выделения существенных признаков. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	*Самоопределение* - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
88		Баскетбольные упражнения	Какие виды баскетбольных упражнений существуют ?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
89		Баскетбольные упражнения	Какие виды баскетбольных упражнений существуют?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
90		Ведение, бросок и ловля мяча	Каковы правила по ведению, броску и	тестирование	**Научатся:** выполнять разминку в ходьбе; бросать и ловить мяч в парах; бросать	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* -	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности

			ловле мяча?		набивной мяч на дальность от груди и из-за головы; играть в подвижную игру «Вышибалы маленькими мячами»	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	
91		Бег на скорость - 30 м	Что нужно, чтобы бежать быстро??	тестирование	**Научатся:** выполнять строевые упражнения, беговую разминку, бег на скорость на короткие дистанции; упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решения. *Познавательные: общеучебные* - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения; *взаимодействие* - формулировать собственное мнение и позицию	*Смыслообразование* —мотивация учебной деятельности
92		Круговая тренировка	Что такое скорость, бег по кругу?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант)	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция* - вносить необходимые изменения и дополнения. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	*Самоопределение* — готовность и способность к саморазвитию
93		Челночный бег 3 ×10 м	Как контролировать развитие двигательных качеств?	тестирование	**Научатся:** выполнять строевые упражнения – «змейка», «спираль», беговую разминку; упражнение на внимание; играть в подвижную игру «Воробьи – вороны»; соблюдать правила поведения и	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция* - вносить необходимые изменения и дополнения. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь	*Самоопределение* — готовность и способность к саморазвитию

					безопасности во время занятий	для регуляции своего действия	
94		Метание малого мяча на дальность	Каковы правила метания мяча? Как правильно поставить руку при метании?	тестирование	**Научатся:** выполнять упражнения на внимание, разминку с игрой «Запрещенное движение»; метание малого мяча на дальность; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	*Регулятивные: коррекция* - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - обращаться за помощью; *взаимодействие* - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	*Нравственно-этическая ориентация* — этические чувства, прежде всего доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость
95		Круговая тренировка	Для чего нужно тренироваться ?	текущий	**Научатся:** выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, упражнения на внимание; проходить станции круговой тренировки (усложненный вариант)	*Регулятивные: осуществление учебных действий* - выполнять учебные действия в материализованной форме; *коррекция* - вносить необходимые изменения и дополнения. *Познавательные: общеучебные* - ставить и формулировать проблемы. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	*Самоопределение* — готовность и способность к саморазвитию
96		Шестиминутный бег на выносливость. Футбол	Каковы основные правила игры в футбол?	тестирование	**Научатся:** выполнять шестиминутный бег на выносливость, удары по воротам; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений. *Познавательные: общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	*Смыслообразование* - мотивация учебной деятельности

97		Эстафетный бег. Футбол	Что такое эстафета?	текущий	**Научатся:** выполнять передачу палочки, участвовать в эстафетах; применять на практике правила, элементы, простейшие технические действия игры в футбол; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий	*Регулятивные: планирование* - применять установленные правила в планировании способа решений. *Познавательные: общеучебные* - осуществлять рефлексию способов и условий действий; контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. *Коммуникативные: инициативное сотрудничество* - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач	*Смыслообразование* - мотивация учебной деятельности
98		Подвижные игры с мячами		текущий	**Научатся:** выполнять разминку в движении; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий; организовывать места занятий физическими упражнениями	*Регулятивные: планирование* - составлять план и последовательность действий, *контроль* - использовать установленные правила в контроле способа решений. *Познавательные: общеучебные* - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять общую цель и пути ее достижения	*Самоопределение* — осознание ответственности человека
99		Подвижные игры	Каковы личностные результаты от приобретенных знаний, умений и навыков?	текущий	**Научатся:** играть в подвижные игры (по выбору); подводить итоги года (значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности); осознанно использовать знания,	*Регулятивные: целеполагание* - преобразовывать практическую задачу в познавательную. *Познавательные: общеучебные* - использовать общие приемы решения задач. *Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества* — определять цели, обязанности участников, способы взаимодействия	*Самоопределение* - принятие образа хорошего ученика

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 КЛАСС

№	Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности				Дата План Факт
				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД	
1 четверть								
1	Вводный инструктаж Цели и задачи на четверть Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.	Вводный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
2	Инструктаж по ТБ. Техника бега на 30 м с высокого старта.	Комбинированный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
3	Инструктаж по ТБ. Техника бега на 60 м с высокого старта (4-5 повторений)	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
4	Инструктаж по ТБ. Учет по бегу на 30 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из	Учебно-познавательный	Понятие «короткая дистанция». Знание	Осуществлять продуктивное взаимо-	Вести дискуссию,	

			разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	интерес и способам решения поставленных задач	техники бега на скорость, бега на выносливость	действие между сверстниками и педагогами	правильно выражать свои мысли	
5	Инструктаж по ТБ. Эстафеты с бегом на скорость.	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
6	Инструктаж по ТБ. Учет по бегу на 60 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
7	Инструктаж по ТБ. Техника выполнения прыжков в длину с места	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
8	Техника выполнения прыжков в длину с места.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
9	Совершенствование техники выполнения	Учетный	Знать технику выполнения	Оценивать собственную	Уметь правильно выполнять	Потребность в общении с учителем	Взаимно контро-	

	прыжков в длину с места с учетом результатов.		прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Умение слушать и вступать в диалог	лировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
10	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. Бег равномерный, медленный до 4 мин.	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	
11	Совершенствование навыков бега и выносливости. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	Учетный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	
12	Преодоление полосы препятствий. Освоение навыком метания.	Комбинированный	Уметь выполнять броски мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
13	Инструктаж по ТБ. Отработка техники метания набивного мяча.	Комбинированный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность	

							результата	
14	Совершенствование техники метания малого мяча,с места в горизонтальную и вертикальную цель (2х2)	Учетный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
15	Инструктаж по ТБ. Подтягивание на перекладине. Подвижные игры.	Учетный		Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
16	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
17	Поднимание туловища из положения «лежа на спине». Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
18	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров»,	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг	

				общие интересы			другу.	
19	Упражнения на гибкость. Тестирование гибкости. Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
20	Совершенствовать двигательные умения и навыки (прыжки, метания.	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
21	Тестирование - челночный бег 3×10м. Подвижные игры.	Учетный	Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства)	
22	Инструктаж по ТБ. «Ценности олимпийского и паралимпийского движения»		Знать: -историю развития физической культуры; -Олимпийские виды спорта.	Значение физической культуры в жизнедеятельности человека.	Факты истории развития физической культуры.	Стремление к справедливости, чести и достоинству по отношению к себе и к другим людям.	Осознание человеком себя как представителя страны и государства.	
23	Подвижная игра «Рыбки»	Игровой	Иметь представление о физической нагрузке и ее влияние на ЧСС.	Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность	

							результата	
24	Подвижная игра «Не урони мешочек». Упражнения для развития осанки.	Игровой	Физические упражнениях и их влияние на развитие физических качеств.	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
25	Подвижная игра «Третий лишний» упражнения для развития быстроты.	Игровой	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
26	Встречная эстафета.	Игровой	Знать правила организации и проведения подвижных игр..	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
27	Подвижная игра «Волк во рву». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	Игровой	Уметь применять правила техники безопасности на уроках подвижных игр.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
28	Построение в шеренгу и	Комбини	Уметь	Основы	Знать правила	Потребность в об-	Согласованны	

	в колонну, перестроения из шеренги в круг	рованный	применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России	подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	щении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	е действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
29	Размыкание и смыкание в шеренге и в колонне на месте. Игра «Смена мест»	Комбинированный	Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереже-вания	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
30	Инструктаж по ТБ. Перекаты в группировке	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
31	Кувырок вперед. Игра «Раки»	Учетный	Знать и применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками. Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
32	Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед.	Комбинированный	Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
33	Стойка на лопатках согнув ноги, перекат	Комбинированны	Правила техники безопасности	Анализировать и характеризовать	Знать правила техники	Способность осуществлять комму-	Согласованно выполнять	

	вперед в упор присев.	й		эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	безопасности	никативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	совместную деятельность в игровых ситуациях	
34	«Мост» из положения лежа на спине. Игра «Петрушка на скамейке»	Комбинированный	Влияние физических упражнений на развитие гибкости	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
35	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
36	Закрепление. Акробатическая комбинация.	Учетный	Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила подвижной игры;активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
37	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания,	Комбинированный	Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений с элементами лазания и перелезания.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать о правилах поведения и техники безопасности	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
38	Лазанье по наклонной гимнастической	Комбинированны	Осваивать универсальные учебные	Анализировать и характеризовать	Знать упражнения на формирования	Осуществлять продуктивное взаимо-	Контролировать учебные	

	скамейке.	й	умения в самостоятельной деятельности	эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	правильной осанки.	действие между сверстниками и педагогами	действия, аргументировать допущенные ошибки	
39	Инструктаж по ТБ. Передягивание каната. Игра «Змейка».	Комбинированный	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Какой должна быть правильная осанка. Определение формы осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
40	Закрепление. Передягивание каната.	Учетный	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Составление комплекса утренней зарядки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
41	Передвижения по гимнастическому бревну. Игра «Пройди безшумно».	Комбинированный	Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
42	Инструктаж по ТБ. Упражнения на равновесие	Комбинированный	Комплексы упражнений на развитие координации	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
43	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.	Учетный	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
44	Инструктаж по ТБ. Передвижение по	Комбинированны	Уметь применять правила техники	Воздействовать со сверстниками на	Знать комплексы упражнений для	Умение аргументировать	контролировать учебные	

	гимнастической стенке	й	безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	укрепления мышц туловища.	необходимость выполнения двигательных действий	действия, аргументировать допущенные ошибки	
45	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
	Подвижная игра «Змейка» эстофеты	Игровой	Знать правила организации и проведения подвижных игр..	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
46	Игра «Раки». Пройди без шумно	Игровой	Знать правила организации и проведения подвижных игр..	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
47	Эстафета с заданием	Игровой	Знать правила организации и проведения подвижных игр..	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность,	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность	

				причины неудач;			результата	
48	Инструктаж по ТБ. Правила поведения на уроках лыжной подготовки.	Вводный	Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
49	Инструктаж по ТБ. Передвижение ступающим шагом	Комбинированный	Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Уметь применять правила техники безопасности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
50	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».	Комбинированный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
51	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».	Комбинированный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
52	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».	Учетный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
53	. Скользящий шаг с палками.	Комбинированны	Выполнять передвижения на	Формирование социальной роли	Анализировать результаты	Осуществлять продуктивное взаимо-	Контролировать учебные	

	Игра «На буксире»	й	лыжах в соответствии с программным материалом.	ученика.	двигательной активности; фиксировать её результаты	действие между сверстниками и педагогами	действия, аргументировать допущенные ошибки	
54	Инструктаж по ТБ. Скользящий шаг с палками. Игра «На буксире»	Комбинированный	Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом.	Формирование социальной роли ученика.	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
55	Повороты переступанием на месте	Комбинированный	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Значение закаливания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
56	Повороты переступанием в движении	Комбинированный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	Формирование положительного отношения к учению	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
57	Повороты переступанием в движении	Учетный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	Формирование положительного отношения к учению	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
58	Спуски в низкой стойке. Игра «Кто дальше скатится с горки»	Комбинированный	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать ее результаты	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
59	. Спуски в основной стойке	Комбинированный	Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.	Способность к самооценке на основе критериев	Характеристика основных физических	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную	

				успешности учебной деятельности	качеств. Значение закаливания для укрепления здоровья.	сверстниками и педагогами	деятельность в игровых ситуациях	
60	Подъёмы ступающим шагом.	Комбинированный	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила проведение подвижных игр во время прогулок в зимнее время.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
61	Инструктаж по ТБ. Подъемы скользящим шагом	Комбинированный	Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
62	Подъем и спуски под уклон.	Комбинированный	Техника спусков и подъемов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
63	Подъем и спуски под уклон.	Учетный	Техника спусков и подъемов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
64	Инструктаж по ТБ. Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности	Комбинированный	Проявлять выносливость при прохожде ИИ тренировочных дистанций разученными способами передвижения.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	

65	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Соревновательный	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
66	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Учетный	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
67	Бросок и ловля мяча на месте. Упражнения для формирования правильной осанки.	Вводный	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
68	Ведение мяча на месте. Правила поведения на уроках физической культуры.	Комбинированный	Осваивать технические действия основ спортивных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
69	Ловля мяча на месте и в движении.Значение закаливания для укрепления здоровья.	Комбинированный	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
70	Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.	Комбинированный	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и	Достижение личностно значимых	Стремление выполнять социально	Подбирать комплекс упражнений для утренней гим-	Контролировать учебные действия,	

			подвижных игр.	результатов в физическом совершенстве.	значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	настики и самостоятельных занятий.	аргументировать допущенные ошибки	
71	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	Комбинированный	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
72	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.	Учетный	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
73	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому»	Комбинированный	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
74	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	Комбинированный	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
75	Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей»	Комбинированный	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических	Формирование социальной роли ученика. Формирование	Стремление выполнять социально значимую и	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и пе-	Контролировать учебные действия, аргументирова	

			действий из подвижных и спортивных игр.	положительного отношения к учению	социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	дагогами	ть допущенные ошибки	
76	Инструктаж по ТБ.Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Игровой	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
77	Удар по неподвижному мячу с места	Комбинированный	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
78	Инструктаж по ТБ. Удар по катящемуся мячу	Комбинированный	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
	Удар по мячу с одного - двух шагов	Комбинированный	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	

	Игра «Точная передача»	Комбинированный	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
4 четверть								
79	Инструктаж по ТБ. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам	Игровой	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование социальной роли ученика.	Уметь взаимодействовать в команде при игре в мини футбол	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
80	.Игра «Охотники и утки»	Игровой	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Формирование положительного отношения к учению	Выбор эффективных способов решения игровых действий	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
81	.Игра «Выстрел в небо»	Игровой	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Моделировать различные отношения между объектами; исследовать собственные нестандартные способы решения;	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
82	Тестирование - челночный бег 3×10м. Подвижные игры.	Учетный	Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах пере-	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты	

			движения человека.				(цель, мотив, прогноз, средства)	
83	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
84	Упражнения на гибкость. Тестирование гибкости. Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
85	Инструктаж по ОТ. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Бег с ускорением от 10 до 20 м. Соревнования до 60м.	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	
86	Поднимание туловища из положения «лежа на спине». Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
87	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
88	. Подтягивание на перекладине. Подвижные игры.	Учетный		Проявлять трудолюбие и упорство в	Основы знаний о работе органов дыхания и сер-	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Самостоятельно оценивать свои действия	

				достижении поставленных целей.	дечно-сосудистой системы.	сверстниками и педагогами	и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
89	Инструктаж по ОТ. Совершенствование техники метания малого мяча.	Учетный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
90	Инструктаж по ОТ. Отработка техники метания набивного мяча. Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперёд-вверх, из положения стоя грудью .	Комбинированный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
91	Преодоление полосы препятствий. Освоение навыком метания.	Комбинированный	Уметь выполнять броски мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
92	Инструктаж по ТБ. Техника бега на 30м с высокого старта.	Вводный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках	Активно включаться в общение с учителем,	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Основы	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддерж-	Вести дискуссию, правильно выражать свои	

			физической культуры. Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	сверстниками. Проявлять дисципли-нированность, трудолюбие. Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистойсистемы .	ку друг другу. Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	мысли. Самостоятельн о оценивать свои действия и со-держательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
93	Техника бега на 30 м с высокого старта (4-5 повторений)	Комбини рованны й	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся на-правлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных за-дач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
94	Техника бега на 60 м с высокого старта (4-5 повторений)	Соревнов ательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся на-правлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных за-дач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
95	Учет по бегу на 30 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся на-правлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных за-дач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
96	Эстафеты с бегом на скорость.	Соревнов ательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся на-правлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных за-дач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
97	Инструктаж по ОТ.	Учетный	Знать. Бег строем	Учебно-	Понятие «короткая	Осуществлять про-	Вести	

	Учет по бегу на 30 м		или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	познавательный интерес и способам решения поставленных задач	дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	дуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	дискуссию, правильно выражать свои мысли	
98	Техника выполнения прыжков в длину с места.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
99	Техника выполнения прыжков в длину с места.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
100	Совершенствование техники выполнения прыжков в длину с места с учетом результатов.	Учетный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
101	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. Бег равномерный,	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать под-	

	медленный до 4 мин.			общий язык и общие интересы	ходьбой		держку друг другу.	
102	Совершенствование навыков бега и выносливости. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	Учетный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
3 КЛАСС

№	Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные) Характеристика деятельности				Дата
				Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД	
1 четверть								
1	Вводный инструктаж Цели и задачи на четверть Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.	Вводный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
2	Инструктаж по ТБ. Техника бега на 30 м с высокого старта (4-5 повторений)	Комбинированный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
3	Техника бега на 60 м с высокого старта (4-5 повторений)	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
4	Учет по бегу на 30 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных	Учебно-познавательный интерес и	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Вести дискуссию, правильно	

			положений с изменяющимся направлением движения.	способам решения поставленных задач	скорость, бега на выносливость	сверстниками и педагогами	выражать свои мысли	
5	Эстафеты с бегом на скорость.	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
6	Инструктаж по ТБ. Учет по бегу на 60 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
7	Техника выполнения прыжков в длину с места. освоение навыков прыжков, на одной и на двух ногах на месте.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
8	Техника выполнения прыжков в длину с места.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
9	Совершенствование техники выполнения прыжков в длину с	Учетный	Знать технику выполнения прыжков и при-	Оценивать собственную учебную деятель-	Уметь правильно выполнять основные движения	Потребность в общении с учителем Умение слушать и	Взаимно контролировать	

	места с учетом результатов.		земления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	ность: свои достижения, самостоятель-ность, инициативу, от-ветственность, причины неудач.	в прыжках; правильно приземляться.	вступать в диалог	действия друг друга, уметь договариватьс я	
10	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. Бег равномерный, медленный до 4 мин.	Комбини рованны й	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в об-щении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать под-держку друг другу.	
11	Совершенствование навыков бега и выносливости. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	Учетный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в об-щении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать под-держку друг другу.	
12	Инструктаж по ТБ. Преодоление полосы препятствий. Освоение навыком метания.	Комбини рованны й	Уметь выполнять броски мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных це-лей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сер-дечно-сосудистой системы.	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Самостоятельн о оценивать свои действия и со-держательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
13	Отработка техники метания набивного мяча. Бросок набивного мяча (0,5 кг)	Комбини рованны й	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных це-лей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сер-дечно-сосудистой системы.	Осуществлять про-дуктивное взаимо-действие между сверстниками и пе-дагогами	Самостоятельн о оценивать свои действия и со-держательно обосновывать правильность или ошибочность результата	

14	Обучение технике метания малого мяча. Метание малого мяча на дальность.	Учетный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
15	Инструктаж по ТБ. Подтягивание на перекладине. Подвижные игры.	Учетный		Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
16	Совершенствовать двигательные умения и навыки (прыжки, метания, лазания, перелезания).	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
17	Поднимание туловища из положения «лежа на спине». Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
18	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	

19	Упражнения на гибкость. Тестирование гибкости. Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
20	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
21	Тестирование - челночный бег 3×10м. Подвижные игры.	Учетный	Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства)	
22	Ловля и передача мяча в движении.							
23	Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Проявлять в игровых ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.	Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
24	Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля,	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и пе-	Самостоятельно оценивать свои действия и со-	

	способностей		ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	ситуации поступить в соответствии с правилами поведения		дагогами	держательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
25	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
26	Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал – садись». Развитие координационных способностей	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения	Знать упражнения для формирования правильной осанки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;	Знать правила подвижной игры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
	ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, само-стоятельность,	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность	

			играть в мини-баскетбол	инициативу, ответственность, причины неудач;			или ошибочность результата	
27	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах. Ведение на месте.	Игровой	**Уметь** владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Характеристика основных физических качеств.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
28	Построение в шеренгу и в колонну, перестроения из шеренги в круг. Игра «Становись, Разойдись»	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики	Основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
29	Размыкание и смыкание в шеренге и в колонне на месте.	Комбинированный	Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки.	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереже-вания	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
30	Перекаты в группировке. Кувырок вперед. Игра «Раки»	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности на уроках акробатики	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
31	Стойка на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев.	Учетный	Знать и применять правила техники безопасности на	Оценивать игровые ситуации с точки зрения	Знать правила подвижной игры. Правила поведения	Потребность в общении с учителем и сверстниками.	Контролировать учебные действия,	

			уроках акробатики	правил поведения и этики	и техника безопасности на уроках гимнастики.	Умение слушать и вступать в диалог	аргументировать допущенные ошибки	
32	Совершенствование и закрепление элементов акробатики. Кувырок вперед.	Комбинированный	Основы знаний о развитии гимнастики и акробатики	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать правила подвижной игры. Правила поведения и техника безопасности на уроках гимнастики.	Потребность в общении с учителем и сверстниками Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
33	Мост» из положения лежа на спине. Игра «Петрушка на скамейке»	Комбинированный	Правила техники безопасности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать правила техники безопасности	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
34	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!».	Комбинированный	Влияние физических упражнений на развитие гибкости	Взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
35	Инструктаж по ТБ. Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение ЧСС	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
36	Закрепление. Акробатическая комбинация.	Учетный	Уметь определять пульс до и после нагрузки; измерять длину и массу тела и показатели осанки	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства	Знать правила подвижной игры;активно участвовать в игровой дея-	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать	

				окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	тельности с их учетом		допущенные ошибки	
37	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, переползания, перелезания	Комбинированный	Применять правила техники безопасности при выполнении упражнений с элементами лазания и перелезания.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Знать о правилах поведения и техники безопасности	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
38	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.	Комбинированный	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Знать упражнения на формирования правильной осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
39	Передягивание каната. Игра «Змейка».	Комбинированный	Комплексы упражнений на развитие физических качеств	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Какой должна быть правильная осанка. Определение формы осанки.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
40	Закрепление. Передягивание каната.	Учетный	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Составление комплекса утренней зарядки	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
41	Передвижения по гимнастическому бревну. Игра «Пройди безшумно».	Комбинированный	Ходьба с изменяющимся темпом и длиной шага	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Уметь выполнять утреннюю зарядку и гимнастику под музыкальное сопровождение.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
42	Упражнения на равновесие	Комбинированный	Комплексы упражнений на развитие коор-	Способность к самооценке на основе критериев	Анализировать результаты двигательной	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Контролировать учебные действия,	

			динации	успешности учебной деятельности	активности; фиксировать её результаты	сверстниками и педагогами	аргументировать допущенные ошибки	
43	Прыжки со скакалкой. Эстафеты.	Учетный	Осваивать универсальные учебные умения в самостоятельной деятельности	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
44	Инструктаж по Тб. Передвижение по гимнастической стенке	Комбинированный	Уметь применять правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	Воздействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания	Знать комплексы упражнений для укрепления мышц туловища.	Умение аргументировать необходимость выполнения двигательных действий	контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
45	История физической культуры в Европе в Средние века.		Знать: -историю развития физической культуры; -Олимпийские виды спорта.	Значение физической культуры в жизнедеятельности человека.	Факты истории развития физической культуры.	Стремление к справедливости, чести и достоинству по отношению к себе и к другим людям.	Осознание человеком себя как представителя страны и государства.	
3 четверть								
46	Инструктаж по Тб. Передвижение в колонне с лыжами.	Вводный	Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время	Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей	Ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
47	Правила поведения на уроках лыжной подготовки.Передвижение ступающим шагом	Комбинированный	Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Уметь применять правила техники безопасности.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
48	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать	Комбинированны	Знать правила поведения и	Волеваясаморегуляция, контроль в	Подбор одежды и обуви для занятий	Способность осуществлять комму-	Согласованно выполнять	

	через ворота».	й	технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	никативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	совместную деятельность в игровых ситуациях	
49	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».	Комбинированный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
50	Скользящий шаг без палок . Игра «Проехать через ворота».	Учетный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках лыжной подготовки.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
51	Скользящий шаг с палками. Игра «На буксире»	Комбинированный	Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом.	Формирование социальной роли ученика.	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
52	Скользящий шаг с палками. Игра «На буксире»	Комбинированный	Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом.	Формирование социальной роли ученика.	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
53	Повороты переступанием на месте	Комбинированный	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Значение закаливания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать	

							допущенные ошибки	
54	Повороты переступанием в движении	Комбинированный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	Формирование положительного отношения к учению	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
55	Инструктаж по ОТ. Повороты переступанием в движении	Учетный	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.	Формирование положительного отношения к учению	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать её результаты	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
56	Спуски в низкой стойке. Игра «Кто дальше скатится с горки»	Комбинированный	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Анализировать результаты двигательной активности; фиксировать ее результаты	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
57	Спуски в основной стойке	Комбинированный	Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Характеристика основных физических качеств. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
58	Инструктаж по ТБ. Подъёмы ступающим шагом.	Комбинированный	Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Правила проведение подвижных игр во время прогулок в зимнее время.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
59	Подъемы скользящим шагом	Комбинированный	Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность,	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	

			сокращений.	инициативу, ответственность, причины неудач;				
60	Подъем и спуски под уклон.	Комбинированный	Техника спусков и подъемов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
61	Подъем и спуски под уклон.	Учетный	Техника спусков и подъемов	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
62	Прохождение на лыжах в режиме умеренной интенсивности	Комбинированный	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Знать приемы закаливания для укрепления здоровья, характеристику основных физических качеств	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
63	Инструктаж по ОТ. Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Соревновательный	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.	Волеваясаморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном	Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
64	«Наследие игр «Сочи 2014»»;		Знать: -историю развития физической культуры; -Олимпийские виды спорта.	Значение физической культуры в жизнедеятельности человека.	Факты истории развития физической культуры.	Стремление к справедливости, чести и достоинству по отношению к себе и к другим людям.	Осознание человеком себя как представителя страны и государства.	
65	Бросок и ловля мяча на месте и в движении Упражнения для	Вводный	Проявлять быстроту и ловкость во время	Формирование социальной роли ученика.	Анализ своей деятельности; сравнение; класси-	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную	

	формирования правильной осанки.		подвижных игр.	Формирование положительного отношения к учению	фикация; действия постановки и решения проблемы.	сверстниками и педагогами	деятельность в игровых ситуациях	
66	Правила поведения на уроках физической культуры.	Комбинированный	Осваивать технические действия основ спортивных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
67	Ловля мяча на месте и в движении. Значение закаливания для укрепления здоровья.	Комбинированный	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении спортивных и подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
68	Ведение мяча на месте, по прямой, по дуге.	Комбинированный	Излагать правила и условия проведения основ спортивных и подвижных игр.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий.	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
69	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	Комбинированный	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время спортивных и подвижных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
70	Ведение мяча (правой, левой рукой) в	Учетный	Принимать адекватные решения в	Способность к самооценке на	Анализ своей деятельности;	Осуществлять продуктивное взаимо-	Согласованно выполнять	

	движении.		условиях игровой деятельности.	основе критериев успешности учебной деятельности	сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	действие между сверстниками и педагогами	совместную деятельность в игровых ситуациях	
71	Ведение мяча змейкой (шагом и бегом). Игра «Передай другому»	Комбинированный	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
72	Инструктаж по ТБ.Броски в цель (в кольцо, щит, обруч)	Комбинированный	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
73	Ведение мяча в парах. Игра «У кого меньше мячей»	Комбинированный	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из подвижных и спортивных игр.	Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
74	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Игровой	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контролировать учебные действия, аргументировать допущенные ошибки	
75	Удар по неподвижному мячу с места	Комбинированный	Принимать адекватные решения в условиях игровой	Анализировать и характеризовать эмоциональные	Анализ своей деятельности; сравнение; класси-	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Согласованно выполнять совместную	

			деятельности.	состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	фикация; действия постановки и решения проблемы.	сверстниками и педагогами	деятельность в игровых ситуациях	
76	Удар по катящемуся мячу	Комбинированный	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
77	Удар по мячу с одного - двух шагов	Комбинированный	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Достижение личностно значимых результатов в физическом совершенстве.	Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
78	Олимпийский играх		Знать: -историю развития физической культуры; -Олимпийские виды спорта.	Значение физической культуры в жизнедеятельности человека.	Факты истории развития физической культуры.	Стремление к справедливости, чести и достоинству по отношению к себе и к другим людям.	Осознание человеком себя как представителя страны и государства.	
79	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам	Игровой	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Формирование социальной роли ученика.	Уметь взаимодействовать в команде при игре в мини футбол	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция.	
80	Игра «Охотники и утки»	Игровой	Осваивать универсальные умения ловкость во время подвижных игр.	Формирование положительного отношения к учению	Выбор эффективных способов решения игровых действий	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	

81	Инструктаж по ТБ. Игра «Выстрел в небо»	Игровой	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	Моделировать различные отношения между объектами; исследовать собственные нестандартные способы решения;	Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	
82	Тестирование - челночный бег 3×10м. Подвижные игры.	Учетный	Знать правила и технику выполнения челночного бега. Иметь представления о жизненно важных способах передвижения человека.	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	Способность строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все ее компоненты (цель, мотив, прогноз, средства)	
83	Инструктаж по ТБ. «Паралимпийскийурок»		Знать: -историю развития физической культуры; -Олимпийские виды спорта.	Значение физической культуры в жизнедеятельности человека.	Факты истории развития физической культуры.	Стремление к справедливости, чести и достоинству по отношению к себе и к другим людям.	Осознание человеком себя как представителя страны и государства.	
84	Упражнения на гибкость. Тестирование гибкости. Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
85	Инструктаж по ОТ. Совершенствовать навыки ходьбы и бега. Бег с ускорением от 10 до 20 м. Соревнования	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать под-	

	до 60м.			общий язык и общие интересы	ходьбой		держку друг другу.	
86	Поднимание туловища из положения «лежа на спине». Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
87	Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Выполнять совместную деятельность, распределять роли.	
88	Подтягивание на перекладине. Подвижные игры.	Учетный		Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
89	Метание малого мяча с места в горизонтальную и вертикальную цель (2х2) с расстояния 4-5 м; на дальность отскока от пола и от стены.	Учетный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
90	Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперёд-вверх, из положения стоя	Комбинированный	Уметь выполнять броски набивного мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных це-	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно	

	грудью в направлении метания; снизу вперёд-вверх из того же и.п. на дальность.		положений: сидя и стоя.	лей.			обосновывать правильность или ошибочность результата	
91	Преодоление полосы препятствий. Освоение навыков метания.	Комбинированный	Уметь выполнять броски мяча на дальность от груди, из- за головы из исходных положений: сидя и стоя.	Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
92	Инструктаж по ТБ. Техника бега на 30м с высокого старта.	Вводный	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры. Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. Проявлять качества быстроты и координации при выполнении беговых упражнений	Подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли. Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	
93	Техника бега на 30 м с высокого старта (4-5 повторений)	Комбинированный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
94	Техника бега на 60 м с высокого старта (4-5 повторений)	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных	Учебно-познавательный интерес и	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на	Осуществлять продуктивное взаимодействие между	Вести дискуссию, правильно	

			положений с изменяющимся направлением движения.	способам решения поставленных задач	скорость, бега на выносливость	сверстниками и педагогами	выражать свои мысли	
95	Учет по бегу на 30 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
96	Эстафеты с бегом на скорость.	Соревновательный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
97	Учет по бегу на 30 м	Учетный	Знать. Бег строем или группой из разных исходных положений с изменяющимся направлением движения.	Учебно-познавательный интерес и способам решения поставленных задач	Понятие «короткая дистанция». Знание техники бега на скорость, бега на выносливость	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	
98	Техника выполнения прыжков в длину с места. освоение навыков прыжков, на одной и на двух ногах на месте.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
99	Техника выполнения прыжков в длину с места.	Комбинированный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятель-	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс	

			правила личной гигиены.	ность, инициативу, ответственность, причины неудач.			я	
100	Совершенствование техники выполнения прыжков в длину с места с учетом результатов.	Учетный	Знать технику выполнения прыжков и приземления. Составление режима дня и правила личной гигиены.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.	Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариватьс я	
101	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. Бег равномерный, медленный до 4 мин.	Комбинированный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	
102	Совершенствование навыков бега и выносливости. Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.	Учетный	Знать понятия медленный, средний и быстрый темп бега. Правила игры	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Уметь выполнять равномерный бег с изменяющимся интервалом в чередовании с ходьбой	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.	

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Дата	Тема урока	Решаемые проблемы	Планируемый результат (в соответствии с ФГОС)				
				Понятия.	Предметный результат	УУД	Личностный результат	Примечание
1		Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Познакомить с правилами техники безопасности на уроках.	Профилактика травматизма.	Формировать умение ходить с изменениями длины и частоты шага, ходить через препятствия, через несколько препятствий;	Регулятивные – организация рабочего места. Познавательные – определять и кратко характеризовать физическую культуру. Коммуникативные – участвовать в подвижной игре; соблюдать правила игры.	Мотивация учебной деятельности в приобретении опыта мыслительной деятельности.	
2		Тестирование бега на 30 м с высокого старта	Разучить разминку в движении, провести тестирование бега 30 м с высокого старта	Бег и его виды	Бегать с высоким подниманием бедра, бегать на 30м и 60м; Развивать скоростные способности; Игры «Ловишка», «Колдунчики», Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – уметь перестраиваться из одной колонны в две. Познавательные – осваивать универсальные умения.. Коммуникативные – согласовывать действия с партнерами в игре..	Навыки сотрудничества в различных ситуациях.	
3		Челночный бег	Разучить беговую разминку.Техника челночного бега	Бег и его виды.		Регулятивные –использовать разные виды перешагивания. Познавательные – осваивать технику челночного бега Коммуникативные – проявлять координацию в игровой деятельности.	Адекватно оценивать правильной выполнения задания.	
4		Тестирование челночного бега 3*10 м	Повторить беговую разминку. Провести тестирование челночного бега 3*10			Регулятивные – организация рабочего места. Познавательные – осваивать технику челночного бега. Коммуникативные –соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	

5		Тестирования бега на 60 м с высокого старта	Разучить беговую разминку с мешочками. Провести тестирования бега на 60 м с высокого старта			Регулятивные – организация рабочего места. Познавательные – осваивать технику бега. Коммуникативные –соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
6		Тестирования метания мяча на дальность	Разучить технику метания мешочка на дальность с разбега. Проверить тестирования мешочка на дальность	Метание мешочка на дальность.	Формировать умения прыгать в длину с места, прыгать в длину на результат, прыгать с высоты 60см; Развивать-скоростные способности; Соблюдать правила соревнований в беге, прыжках; Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки» Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику метания мешочка Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Умение правильно выполнять движение в прыжках	Комплекс №3
7		Техника паса в футболе	Разучить технику паса в футболе			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику паса в футболе Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Умение правильно выполнять движение в прыжках	Комплекс №1
8		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
9		Техника прыжка в длину с места	Повторить технику прыжка в длину с разбега		Формировать умение метать малый мяч с места на дальность и на заданное расстояние;	Регулятивные – осваивать технику метания мяча. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении прыжка в длину с разбега	Взаимодействоватъ в парах при выполнении технических действий в	Комплекс №3

					Метать в цель с 4-5м; Развивать скоростно-силовые качества; Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки», «Метатели» Инструктаж по технике безопасности	Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности при прыжках	подвижных играх.	
10		Прыжок в длину с разбега на результат	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега			Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – совершенствовать технику прыжка в длину Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности	Навыки сотрудничества в разных ситуациях, первичная самооценка.	Комплекс №1
11		Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Провести контрольные прыжки в длину с разбега			Регулятивные – осваивать технику метания мяча. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении прыжка в длину с разбега Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности при прыжках в длину с разбега	Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх.	Комплекс №2
12		Контрольный урок по футболу	Провести контрольные футбольные упражнения	Значение подвижных игр для укрепления здоровья.	Формировать умение выполнять ОРУ, Передавать эстафеты, Игры «Пустое место», «Третий – лишний», «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки»; Развивать скоростно-силовые качества; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной игры Коммуникативные соблюдать правила игры.	Фронтальный, индивидуальный	Комплекс №3
13		Тестирование малого мяча на точность	Провести тестирование малого мяча на точность	Эстафеты			Фронтальный, индивидуальный	Комплекс №1
14		Тестирование наклона вперед из положения стоя	Провести тестирование наклона вперед из положения стоя	Игры			Фронтальный, индивидуальный	Комплекс №2
15		Тестирование подъема туловища из	Провести тестирование подъема		Формировать умение ловить и передавать мяч в движении;	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя.	Характеризовать и демонстрировать технические	Комплекс №1

		положения лежа 30 сек	туловища из положения лежа 30 сек		вести на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; бросать мяч в цель (кольцо); выполнять ОРУ; игры «Попади в кольцо», «Передал – садись», «Гонка мячей по кругу»; развивать координационные способности	Познавательные – выполнять тестирования подъема туловища Коммуникативные – взаимодействовать в парах, группах при выполнении технических действий	приёмы игры в баскетбол .	
16		Тестирование прыжка в длину с места	Провести тестирование прыжка в длину с места			Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять тестирования прыжка в длинус места Коммуникативные – взаимодействовать в парах, группах при выполнении технических действий	Характеризовать и демонстрировать технические приёмы игры в баскетбол .	Комплекс №2
17		Тестирование подтягиваний и отжиманий	Познакомить с техникой броска в цель (кольцо)			Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять тестирование подтягиваний и отжиманий Коммуникативные – взаимодействовать в парах, группах при выполнении технических действий	Характеризовать и демонстрировать технические приёмы игры в баскетбол .	Комплекс №3
18		Тестирование виса на время	Провести тестирование виса на время		Формировать умение ловить и передавать мяч на месте в треугольниках, квадратах; Вести мяч на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом;	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять тестирования виса на время Коммуникативные – взаимодействовать в парах, группах при выполнении технических действий	Фронтальный, индивидуальный	Комплекс №1
19		Броски и ловля мяча в парах, и у стены	Повторить технику бросков и ловли мяча в парах, и у стены	Изучение нового материала	Бросать мяч двумя руками от груди; выполнять ОРУ; игра «Гонка мячей по кругу»; развивать координационные	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять броски и ловлю мяча в парах, и у стены. Коммуникативные –	Фронтальный, индивидуальный	Комплекс №2

					способности Инструктаж по технике безопасности	взаимодействовать в парах, группах при выполнении технических действий		
20		Подвижные игры	Подвижные игры по выбору учеников			Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – совершенствовать технику игры Коммуникативные – соблюдать технику безопасности	Навыки сотрудничества в разных ситуациях	Комплекс №3
21		Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные эстафеты.	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №3
22		Мини баскетбол	Организовывать и проводить игру.	Игра.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №1
23		Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Применение навыков.	Баскетбол	Формировать умение ловить и передавать мяч в движении; вести на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; Бросать мяч двумя	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять разученные технические приёмы игры в баскетбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.	Характеризовать и демонстрировать технические приёмы игры в баскетбол .	Комплекс №1

24		Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах	Организовывать и проводить подвижные игры.	Значение подвижных игр для укрепления здоровья.	руками от груди; Бросать мяч в цель (кольцо); Выполнять ОРУ; Игры «Попади в кольцо», «Передал – садись», «Гонка мячей по кругу»; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2
25		Бросок двумя руками от груди	Иметь представление о броске.	Бросок баскетбольного мяча.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику броска мяча. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
26		Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2
27		Техника безопасности на уроках гимнастики	Применять полученные умения.	Выполнение строевых упражнений	Формировать умения выполнять команды «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!», «На 1-2 рассчитайся!»; Выполнять перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой; Выполнять 2-3 кувырка вперед; Выполнять стойку на лопатках; ОРУ; Развивать координационные	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять разученные строевые упражнения. Коммуникативные – взаимодействовать в парах, группах.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №1
28		Перекаты в группировку с последующей опорой руками за головой	Разучить перекаты в группировке	Акробатика		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику перекатов в сторону. Коммуникативные – проявлять координацию при выполнении перекатов.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2

					способности;			
29		Кувырок вперед	Повторить кувырок вперёд	Акробатика.	Инструктаж по технике безопасности. Сдача норматива «челночный бег» 3*10м.	Регулятивные – следовать инструкциям учителя. Познавательные – выполнять перекаты в группировке Коммуникативные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.	Комплекс №3
30		Упражнения на гимнастической скамейке	Осваивать упражнения на гимнастической скамейке.	Прикладная гимнастика.		Регулятивные – определять ситуации, требующие применение правил предупреждения травматизма. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении кувырка . Коммуникативные – соблюдать правила игры.	Адекватно оценивать правильность выполнения задания.	Комплекс №2
31		Лазание по гимнастической лестнице	Осваивать лазанье	Прикладная гимнастика	Формировать умение лазать по гимнастической лестнице; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные –осваивать технику кувырка вперёд и лазанье по гимнастической стенке . Коммуникативные – соблюдать правила игры.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях .	Комплекс №3
32		Передвижение по диагонали, противо ходом, «змейкой»	.Иметь представление о ходьбе противоходом	Противоход	Формировать умение передвигаться по диагонали, противоходом, «змейкой»; ОРУ; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать ходьбу противоходом. Коммуникативные – соблюдать правила игры, удерживать задачи во время игры.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №1
33		Выполнять стойку на лопатках	Разучить стойку на лопатках.	Акробатика		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя.	Мотивация учебной деятельности,	Комплекс №1

						Познавательные – осваивать технику выполнения стойки на лопатках. Коммуникативные – соблюдать правила игры.	приобретение опыта.	
34		Перелезание через гимнастического коня	Познакомить с техникой перелазания через гимнастического коня.	Прикладная гимнастика	Формировать умение лазать по гимнастической лестнице, перелезать через гимнастического коня; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – выявлять типичные ошибки при выполнении стойки на лопатках Познавательные – осваивать технику запрыгивания на горку матов. Коммуникативные – соблюдать правила игры.	Навыки сотрудничества в разных ситуациях.	Комплекс №2
35		Опорный прыжок	Осваивать технику прыжка.	Прикладная гимнастика	Формировать умение выполнять опорный прыжок; ОРУ; игры; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику прыжка в высоту с разбега. Коммуникативные – соблюдать правила игры.	Проявлять качества быстроты; выносливости; координации при выполнении прыжковых упражнений	Комплекс №3
36		Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.	Формировать умение выполнять ОРУ; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной игры Коммуникативные соблюдать правила игры.	Адекватно оценивать правильность выполнения задания	Комплекс №1
37		Эстафеты Подвижные	Организовывать и	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям	Принимать адекватные	Комплекс №3

		игры	проводить подвижные эстафеты.			учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	решения в условиях игровой деятельности.	
38		Мини баскетбол	Организовывать и проводить игру.	Игра.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №1
39		Подвижные игры. Эстафеты	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.	Формировать умение выполнять ОРУ, Передавать эстафеты, Игры «Пустое место», «Третий – лишний», «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки»; Развивать скоростно-силовые качества; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной игры Коммуникативные соблюдать правила игры.	Адекватно оценивать правильность выполнения задания	Комплекс №1
40		Подвижные игры. Эстафеты	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.	Формировать умение выполнять ОРУ, Передавать эстафеты, Игры «Пустое место», «Третий – лишний», «Зайцы в огороде», «Прыгающие	Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной	Адекватно оценивать правильность выполнения задания	

					воробушки»; Развивать скоростно-силовые качества; Инструктаж по технике безопасности	игры Коммуникативные соблюдать правила игры.		
41		Мини баскетбол	Организовывать и проводить игру.	Игра.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №1
42		Перекаты в группировку с последующей опорой руками за головой	Разучить перекаты в группировке	Акробатика		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику перекатов в сторону. Коммуникативные – проявлять координацию при выполнении перекатов.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
43		Техника безопасности на уроках лыжной подготовки	Дать представление о лыжной подготовке.	Лыжная подготовка.	Основные требования к одежде и обуви во время занятий, значение занятий для укрепления здоровья и закаливания; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя Познавательные – знать и соблюдать технику безопасности на занятиях лыжной подготовки. Коммуникативные – применять полученные знания на уроках.	Адекватная мотивация.	Комплекс №2
44		Ступающий шаг с палками	Повторить ступающий шаг.	Лыжная подготовка	Формировать умение передвигаться ступающим шагом с палками	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в основной	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3

						стойке Коммуникативные выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.		
45		Скользящий шаг с палками	Осваивать технику скользящего шага.	Лыжная подготовка .	Формировать умение передвигаться скользящим шагом с палками	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выявлять ошибки в технике подъёма скользящим шагом. Коммуникативные – соблюдать правила игры, удерживать задачи во время игры.	Первичная самооценка своим действиям.	Комплекс №1
46		Подъем «лесенкой» и спуск с небольшого склона	Осваивать технику подъёма и спуска « лесенкой .	Лыжная подготовка .	Формировать умение подниматься на склон «лесенкой», спускаться со склона	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику подъёма « лесенкой» Коммуникативные – моделировать технику способ подъёма и спуска	Адекватная мотивация.	Комплекс №3
47		Ступающий шаг с палками	Повторить ступающий шаг.	Лыжная подготовка	Формировать умение передвигаться ступающим шагом с палками	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в основной стойке Коммуникативные выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
48	1	Подъем «елочкой» и спуск с небольшого склона	Осваивать технику подъёма и спуска « лесенкой .	Лыжная подготовка .	Формировать умение подниматься на склон «елочкой», спускаться с склона	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику подъёма « лесенкой» Коммуникативные – моделировать технику способ подъёма и спуска	Адекватная мотивация.	Комплекс №1
49		Попеременный	Осваивать	Лыжная	Формировать умение	Регулятивные – следовать при	Проявлять	Комплекс №2

		двухшажный ход без палок	технику попеременного двухшажного хода без палок.	подготовка.	передвигаться двухшажным ходом без палок	выполнении инструкциям учителя. Познавательные – применять навыки, полученные на уроках. Коммуникативные – соблюдать правила игры.	координацию при выполнении упражнения.	
50		Повороты переступанием	Овладение первичными навыкам .	Лыжная подготовка.	Формировать умение поворачиваться переступанием	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении лыжных ходов .	Определять ситуации требующие применения правил предупреждения травматизма	Комплекс №3
51		Повороты переступанием	Овладение первичными навыкам .	Лыжная подготовка.	Формировать умение поворачиваться переступанием	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении лыжных ходов .	Определять ситуации требующие применения правил предупреждения травматизма	Комплекс №3
52		Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Овладение навыкам.	Лыжная подготовка	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом без палок и с палками	Регулятивные – выбирать действие в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику поворотов переступанием на месте	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №1
53		Попеременный двухшажный ход без палок и с палками	Овладение навыкам.	Лыжная подготовка	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом без палок и с палками	Регулятивные – выбирать действие в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику поворотов переступанием на месте	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №1
54		Подъем и спуск с небольших склонов	Осваивать технику спуска и подъема.	Лыжная подготовка.	Формировать умение подниматься и спускаться со склона	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в основной стойке Коммуникативные	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №2

						выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.		
55		Подъем и спуск с небольших склонов	Осваивать технику спуска и подъема.	Лыжная подготовка.	Формировать умение подниматься и спускаться со склона	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в основной стойке Коммуникативные выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №2
56		Спуск в высокой стойке с небольших горок	Осваивать технику спуска в высокой стойке	Лыжная подготовка.	Формировать умение спускаться в высокой стойке с небольшого склона	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в высокой стойке Коммуникативные выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
57		Спуск в высокой стойке с небольших горок	Осваивать технику спуска в высокой стойке	Лыжная подготовка.	Формировать умение спускаться в высокой стойке с небольшого склона	Регулятивные – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. Познавательные – осваивать технику спуска в высокой стойке Коммуникативные выявлять ошибки в технике выполнения основной стойке лыжника.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
58		Передвижение попеременным двухшажным ходом до 1000м.	Применять навыки изученных способов передвижения.	Лыжная подготовка.	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом до 1000м. сдача норматива.	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – проявлять выносливость при прохождении дистанции.	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.	Комплекс №1
59		Передвижение попеременным	Применять навыки	Лыжная подготовка	Формировать умение передвигаться	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям	Проявлять координацию при	Комплекс №1

		двухшажным ходом до 1000м.	изученных способов передвижения.	.	двухшажным ходом до 1000м. сдача норматива.	учителя. Познавательные – проявлять выносливость при прохождении дистанции.	выполнении поворотов, спусков и подъемов.	
60		Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск с небольшого склона	Применять навыки спуска с небольшого склона и подъема .	Лыжная подготовка .	Формировать умение подниматься «лесенкой» и «елочкой», спускаться е с небольшого склона	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – применять навыки лазания и с небольшого склона и подъема .	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
61		Передвижение до 1500м с равномерной скоростью	Применять навыки изученных способов передвижения.	Лыжная подготовка .	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом до 1500. Сдача норматива.	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – проявлять выносливость при прохождении дистанции.	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.	Комплекс №3
62		Подъем «лесенкой» и «елочкой» и спуск с небольшого склона	Применять навыки спуска с небольшого склона и подъема .	Лыжная подготовка .	Формировать умение подниматься «лесенкой» и «елочкой», спускаться е с небольшого склона	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – применять навыки лазания и с небольшого склона и подъема .	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
63		Передвижение попеременным двухшажным ходом до 1500м с равномерной скоростью	Применять навыки изученных способов передвижения.	Лыжная подготовка .	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом до 1500. Сдача норматива.	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – проявлять выносливость при прохождении дистанции.	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.	Комплекс №3
64		Подъем «елочкой» и спуск с небольшого склона	Осваивать технику подъёма и спуска « лесенкой .	Лыжная подготовка .	Формировать умение подниматься на склон «елочкой», спускаться с склона	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику подъёма « лесенкой» Коммуникативные – моделировать технику способ подъёма и спуска	Адекватная мотивация.	Комплекс №1
65		Передвижение попеременным двухшажным ходом до	Применять навыки изученных способов	Лыжная подготовка .	Формировать умение передвигаться двухшажным ходом до 1000м. сдача	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – проявлять	Проявлять координацию при выполнении поворотов,	Комплекс №1

		1000м.	передвижения.		норматива.	выносливость при прохождении дистанции.	спусков и подъемов.	
66		Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Применение навыков.	Баскетбол	Формировать умение ловить и передавать мяч в движении; вести на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; Бросать мяч двумя руками от груди; Бросать мяч в цель (кольцо); Выполнять ОРУ; Игры «Попади в кольцо», «Передал – садись», «Гонка мячей по кругу»; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять разученные технические приёмы игры в баскетбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.	Характеризовать и демонстрировать технические приёмы игры в баскетбол .	Комплекс №1
67		Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах	Организовывать и проводить подвижные игры.	Значение подвижных игр для укрепления здоровья.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2
68		Бросок двумя руками от груди	Иметь представление о броске.	Бросок баскетбольного мяча.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику броска мяча. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
69		Броски в цель	Применение навыков.		Формировать умение ходить и бегать по команде; Бегать с высоким подниманием бедра, бегать на 30м и 60м; Развивать скоростные способности; Игры «Пустое место», «Третий - лишний», «Смена сторон»	Регулятивные – осваивать технику броска мяча. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении броска в цель. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности при метании мяча и игре.	Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх	Комплекс №1
70		Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – моделировать технику выполнения игровых действий	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2

					Инструктаж по технике безопасности	в зависимости от изменения условий и двигательных задач.		
71		Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные эстафеты.	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №3
72		Мини баскетбол	Организовывать и проводить игру.	Игра.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №1
73		Мини баскетбол	Организовывать и проводить игру.	Игра.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №1
74		Поднимание туловища из положения «лежа на спине». Подвижные игры.	Учетный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудисто	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	

				й системе.				
75		Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета».	Комбинированный	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	
76		Подтягивание на перекладине. Подвижные игры.	Учетный		Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	
77		Ходьба и бег	Чередование ходьбы и бега.			Регулятивные – уметь перестраиваться из одной колонны в две. Познавательные – осваивать универсальные умения; связанные с выполнением организующих упражнений . Коммуникативные – согласовывать действия с партнёрами в игре	Навыки сотрудничества в разных ситуациях	Комплекс №2
78		Бег на 30м. Игры	Развивать координацию движений.	Беговая подготовка.	Формировать умения прыгать в длину с места, прыгать в длину на результат; Развивать скоростные способности; Соблюдать правила	Регулятивные – организация рабочего места Познавательные – осваивать технику бега. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
79		Бег на 30м на результат. Игры	Принять норматив.		соревнований в беге, прыжках; Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки»	Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – совершенствовать технику бега на короткие дистанции.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.	Комплекс №1

						Коммуникативные – соблюдать правила игры.		
80		Бег на 60м. Игры	Развивать координацию движений.	Беговая подготовка.	Инструктаж по технике безопасности Формировать умение метать малый мяч с места на дальность; Метать в цель с 4-5м; Развивать скоростно-силовые качества; Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки», «Метатели» Инструктаж по технике безопасности	Регулятивные – организация рабочего места Познавательные – осваивать технику бега. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №2
81		Прыжок в длину с места. Игры	Осваивать технику прыжка в длину.	Прыжковая подготовка.		Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу . Познавательные – осваивать технику бега широким шагом. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Проявлять качество силы; быстроты ; выносливости и координации при выполнении беговых упражнений	Комплекс №3
82		Прыжок в длину с места на результат. Игры	Принять результат			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу . Познавательные – осваивать технику бега широким шагом. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Проявлять качество силы; быстроты ; выносливости и координации при выполнении беговых упражнений	Комплекс №1
83		Метание малого мяча с места. Игры	Познакомить с техникой метания.	Метание мяча.	Формировать умение выполнять ОРУ, Передавать эстафеты, Игры «Пустое место», «Третий – лишний», «Зайцы в огороде», «Прыгающие	Регулятивные – осваивать технику метания малого мяча. Познавательные – выявлять ошибки при выполнении метания в цель. Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности при метании мяча и игре.	Взаимодействовать в парах при выполнении технических действий в подвижных играх	Комплекс №2
84						Регулятивные – правила техники безопасности при выполнения упражнения.	Адекватно оценивать правильность	Комплекс №3

					воробушки»; Развивать скоростно-силовые качества; Инструктаж по технике безопасности Формировать умение ловить и передавать мяч в движении; вести на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом; Бросать мяч двумя руками от груди; Бросать мяч в цель (кольцо); Выполнять ОРУ; Игры «Попади в кольцо», «Передал – садись», «Гонка мячей по кругу»; Развивать координационные способности; Инструктаж по технике безопасности	Познавательные – выявлять ошибки при выполнения метания в горизонтальную цель . Коммуникативные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	выполнения метания	
85		Метание в цель 4-5м. Игры	Познакомить с техникой метания.	Метание малого мяча.				
86		Подвижные игры. Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры. Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры. Игры.		Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной игры Коммуникативные соблюдать правила игры.	Адекватно оценивать правильность выполнения задания	Комплекс №1
87		Подвижные игры. Эстафеты Подвижные игры				Регулятивные – общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Познавательные – взаимодействовать в парах и группах при выполнения технических действий; выявлять причины успешной игры Коммуникативные соблюдать	Адекватно оценивать правильность выполнения задания Характеризовать и демонстрировать технические приёмы игры в баскетбол .	

						правила игры. Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – выполнять разученные технические приёмы игры в баскетбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях.		
88		Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом.	Применение навыков.	Баскетбол				
89		Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах Бросок двумя руками от груди	Организовывать и проводить подвижные игры. Иметь представление о броске.	Значение подвижных игр для укрепления здоровья. Бросок баскетбольного мяча.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2
90						Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – осваивать технику броска мяча. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности	Мотивация учебной деятельности	Комплекс №3
91		Тестирования метания мяча на дальность	Разучить технику метания мешочка на дальность с разбега. Проверить тестирования мешочка на	Метание мешочка на дальность.	Формировать умения прыгать в длину с места, прыгать в длину на результат, прыгать с высоты 60см; Развивать скоростные способности; Соблюдать правила	Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику метания мешочка Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Умение правильно выполнять движение в прыжках	Комплекс №3

			дальность		соревнований в беге, прыжках; Игры «Зайцы в огороде», «Прыгающие воробушки» Инструктаж по технике безопасности			
92		Техника паса в футболе	Разучить технику паса в футболе			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику паса в футболе Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Умение правильно выполнять движение в прыжках	
93		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
94		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2

95		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
96		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
97		Спортивная игра Футбол	История игры. Совершенствование техники футбола			Регулятивные – принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные – осваивать технику спортивной игры футбол Коммуникативные – соблюдать правила техники безопасности.	Мотивация учебной деятельности.	Комплекс №2
98		Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Комплекс №2

99		Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные эстафеты.	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №3
100		Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные эстафеты.	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №3
101		Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры.	Игры.		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Общаться и взаимодействоватъ в игровой деятельности.	Комплекс №2
102		Эстафеты Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные эстафеты.	Эстафеты		Регулятивные – следовать при выполнении инструкциям учителя. Познавательные – уметь владеть мячом в процессе подвижных игр. Коммуникативные – соблюдать правила игры и технику безопасности.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Комплекс №3