Приложение 1.12

АДАПТИРОВАННОЙ
ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
частного общеобразовательного учреждения
«Православная гимназия
во имя святого благоверного великого князя
Александра Невского №11»
(новая редакция от 29 августа 2019г.)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1-4 класс

Нижний Тагил
2019

Физическая культура - обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно – массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно–спортивной деятельности разностороннюю физическую подготовленность.

Организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Система физического воспитания должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

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

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю в 1 классе и по 2 часа в неделю во 2-4 классе (всего 303 ч): в 1 классе — 99 ч, во 2 классе — 68 ч, в 3 классе— 68 ч, в 4 классе— 68 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения ос¬новной образовательной программы начального общего об¬разования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Рос¬сийской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащи¬мися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

• формирование чувства гордости за свою Родину, россий¬ский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

• формирование уважительного отношения к культуре дру¬гих народов;

• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обуча¬ющего;

• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоцио¬нально-нравственной отзывчивости, понимания и сопережива¬ния чувствам других людей;

• развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрос¬лыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

• развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нор¬мах, социальной справедливости и свободе;

• формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

• овладение способностью принимать и сохранять цели и за¬дачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эф¬фективные способы достижения результата;

• определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совмест¬ной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совмест¬ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

• готовность конструктивно разрешать конфликты посред¬ством учёта интересов сторон и сотрудничества;

• овладение начальными сведениями о сущности и особен¬ностях объектов, процессов и явлений действительности в со¬ответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

• овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

• формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физи¬ческого, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоци-ональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздо¬ровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагру¬зок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

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. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

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

Физическая нагрузка и её 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, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

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

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

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд 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 вперёд.

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 вперёд 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.

Лёгкая атлетика. *Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением$_v$ 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 (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; 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; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Ниже представлено тематическое планирование в соответствии с учебником для общеобразовательных учреждений автора В. И. Ляха: «Физическая культура. 1—4 классы» (М.: Просвещение, 2011).

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1—4 классы

3 ч в неделю, всего 405ч

Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Что надо знать1—4 классы	
Когда и как возникли физическая культура и спорт	Сравнивают физкультуру и спорт эпохи Античности с современными физкультурой и спортом. Называют движения, которые выполняют первобытные люди на рисунке. Изучают рисунки, на которых изображены античные атлеты, и называют виды соревнований, в которых они участвуют
Современные Олимпийские игры Исторические сведения о развитии современных Олимпийских игр (летних и зимних). Роль Пьера де Кубертена в их становлении. Идеалы и символика Олимпийских игр. Олимпийские чемпионы по разным видам спорта	Объясняют смысл символики и ритуалов Олимпийских игр. Определяют цель возрождения Олимпийских игр. Объясняют роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения. Называют известных российских и зарубежных чемпионов Олимпийских игр
Что такое физическая культура Физическая культура как система регулярных занятий физическими[1] упражнениями, выполнение закаливающих процедур, использование естественных сил природы. Связь физической культуры с укреплением здоровья (физического, социального и психологического) и влияние на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное). Роль и значение занятий физической культурой и поддержание хорошего здоровья для успешной учёбы и социализации в обществе	Раскрывают понятие «физическая культура» и анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека. Определяют признаки положительного влияния занятий физкультурой на успехи в учёбе

Твой организм (основные части тела человека, основные внутренние органы, скелет, мышцы, осанка) Строение тела, основные формы движений (циклические, ациклические, вращательные), напряжение и расслабление мышц при их выполнении. Упражнения на улучшение осанки, для укрепления мышц живота и спины, для укрепления мышц стоп ног. *Игра «Проверь себя» на усвоение правил здорового образа жизни*	Устанавливают связь между развитием физических качеств и основных систем организма. Характеризуют основные части тела человека, формы движений, напряжение и расслабление мышц при их выполнении, работу органов дыхания и сердечно-сосудистой системы во время двигательной деятельности. Выполняют упражнения на улучшение осанки, для укрепления мышц живота и спины, для укрепления мышц стоп ног. Узнают свою характеристику с помощью теста «Проверь себя»
Сердце и кровеносные сосуды Работа сердечно-сосудистой системы во время движений и передвижений человека. Укрепление сердца с помощью занятий физическими упражнениями	Устанавливают связь между развитием физических качеств и работой сердца и кровеносных сосудов. Объясняют важность занятий физическими упражнениями, катания на коньках, велосипеде, лыжах, плавания, бега для укрепления сердца
Органы чувств Роль органов зрения и слуха во время движений и передвижений человека. Строение глаза. Специальные упражнения для органов зрения. Орган осязания — кожа. Уход за кожей	Устанавливают связь между развитием физических качеств и органами чувств. Объясняют роль зрения и слуха при выполнении основных движений. Выполняют специальные упражнения для органов зрения. Анализируют советы, как беречь зрение, слух, как ухаживать за кожей. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников

Личная гигиена Правила личной гигиены (соблюдение чистоты тела, волос, ногтей и полости рта, смена нательного белья) *Игра «Проверь себя» на усвоение правил личной гигиены*	Учатся правильному выполнению правил личной гигиены. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. Дают оценку своему уровню личной гигиены с помощью тестового задания «Проверь себя»
Закаливание Укрепление здоровья средствами закаливания. Правила проведения закаливающих процедур. *Игра «Проверь себя» на усвоение правил закаливания*	Узнают правила проведения закаливающих процедур. Анализируют правила безопасности при проведении закаливающих процедур. Дают оценку своему уровню закалённости с помощью тестового задания «Проверь себя». Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников
Мозг и нервная система Местонахождение головного и спинного мозга в организме человека. Центральная нервная система. Зависимость деятельности всего организма от состояния нервной системы. Положительные и отрицательные эмоции. Важная роль работы мозга и центральной нервной системы в физкультурной и спортивной деятельности. Рекомендации, как беречь нервную систему	Получают представление о работе мозга и нервной системы. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. Обосновывают важность рекомендаций, как беречь нервную систему
Органы дыхания Роль органов дыхания во время движений и передвижений человека. Важность занятий физическими упражнениями и спортом для улучшения работы лёгких. Как правильно дышать при различных физических нагрузках	Получают представление о работе органов дыхания. Выполняют упражнения на разные виды дыхания (нижнее, среднее, верхнее, полное)
Органы пищеварения Работа органов пищеварения. Важность физических упражнений для укрепления мышц живота и работы кишечника	Получают представление о работе органов пищеварения. Комментируют схему органов пищеварения человека. Объясняют, почему вредно заниматься физическими упражнениями после принятия пищи

Пища и питательные вещества Вещества, которые человек получает вместе с пищей, необходимые для роста и развития организма и для пополнения затраченной энергии. Рекомендации по правильному усвоению пищи. *Игра «Проверь себя» на усвоение рекомендаций правильного употребления пищи*	Узнают, какие вещества, необходимые для роста организма и для пополнения затраченной энергии, получает человек с пищей. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. Обосновывают важность рекомендаций правильного употребления пищи. Дают оценку своим привычкам, связанным с приёмом пищи, с помощью тестового задания «Проверь себя»
Вода и питьевой режим Питьевой режим при занятиях физическими упражнениями, во время тренировок и туристских походов	Усваивают азы питьевого режима во время тренировки и похода. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников
Тренировка ума и характера Режим дня, его содержание и правила планирования. Утренняя зарядка и её влияние на самочувствие и работоспособность человека. Физкультминутки (физкультпаузы), их значение для профилактики утомления в условиях учебной и трудовой деятельности. Физические упражнения и подвижные игры на удлинённых переменах, их значение для активного отдыха, укрепления здоровья, повышения умственной и физической работоспособности, выработки привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями. *Игра «Проверь себя» на усвоение рекомендаций по соблюдению режима дня*	Учатся правильно распределять время и соблюдать режим дня. Определяют назначение утренней зарядки, физкультминуток, их роль и значение в организации здоровье-сберегающей жизнедеятельности. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. Дают оценку своим привычкам, связанным с режимом дня, с помощью тестового задания «Проверь себя»

Спортивная одежда и обувь Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом (в помещении, на открытом воздухе, при различных погодных условиях). Рекомендации по уходу за спортивной одеждой и обувью. *Игра «Проверь себя» на усвоение требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями*	Руководствуются правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Дают ответы на вопросы к рисункам. Анализируют ответы своих сверстников. С помощью тестового задания «Проверь себя» оценивают собственное выполнение требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями, а также рекомендаций по уходу за спортивной одеждой и обувью
Самоконтроль Понятие о физическом состоянии как уровне физического развития, физической готовности и самочувствия в процессе умственной, трудовой и игровой деятельности. Измерение роста, массы тела, окружности грудной клетки, плеча и силы мышц. Приёмы измерения пульса (частоты сердечных сокращений до, во время и после физических нагрузок). Тестирование физических (двигательных) способностей (качеств): скоростных, координационных, силовых, выносливости' гибкости. Выполнение основных движений с различной скоростью, с предметами, из разных исходных положений (и. п.), на ограниченной площади опоры и с ограниченной пространственной ориентацией. *Игра «Проверь себя» на усвоение требований самоконтроля*	Учатся правильно оценивать своё самочувствие и контролируют, как их организмы справляются с физическими нагрузками. Определяют основные показатели физического развития и физических способностей и выявляют их прирост в течение учебного года. Характеризуют величину нагрузки по показателям частоты сердечных сокращений. Оформляют дневник самоконтроля по основным разделам физкультурно-оздоровительной деятельности и уровню физического состояния. Выполняют контрольные упражнения (отжимание, прыжки в длину и в высоту с места, подбрасывание теннисного мяча, наклоны). Результаты контрольных упражнений записывают в дневник самоконтроля. Дают оценку своим навыкам самоконтроля с помощью тестового задания «Проверь себя»
Первая помощь при травмах Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями (ушиб, ссадины и потёртости кожи, кровотечение). *Игра «Проверь себя» на усвоение правил первой помощи. Подведение итогов игры*	Руководствуются правилами профилактики травматизма. В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Дают оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы с помощью тестового задания «Проверь себя». Подводят итоги игры на лучшее ведение здорового образа жизни

Что надо уметь 1—4 классы	
Бег, ходьба, прыжки, метание **1—2 классы**	
Овладение знаниями. Понятия: короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и в высоту.	Усваивают основные понятия и термины в беге, прыжках и метаниях и объясняют их назначение.
Освоение навыков ходьбы и развитие координационных способностей. Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук, под счёт учителя, коротким, средним и длинным шагом. Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчётом, с высоким поднимании бедра, в приседе, с преодолением 2—3 препятствий по разметкам.	Описывают технику выполнения ходьбы, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение упражнений в ходьбе. Применяют вариативные упражнения в ходьбе для развития координационных способностей. Выбирают индивидуальный темп ходьбы, контролируют его по частоте сердечных сокращений.
Освоение навыков бега, развитие скоростных и координационных способностей. Обычный бег, с изменением направления движения по указанию учителя, коротким, средним и длинным шагом. Обычный бег в чередовании с ходьбой до 150 м, с преодолением препятствий (мячи, палки и т.п.). Обычный бег по размеченным участкам дорожки, челночный бег 3 × 5 м, 3 × 10м, эстафеты с бегом на скорость.	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. Применяют беговые упражнения для развития координационных, скоростных способностей.
Совершенствование навыков бега и развитие выносливости. Равномерный, медленный, до 3—4 мин, кросс по слабопересечённой местности до 1 км.	Выбирают индивидуальный темп передвижения, контролируют темп бега по частоте сердечных сокращений.
Совершенствование бега, развитие координационных и скоростных способностей. Эстафеты «Смена сторон», «Вызов номеров», «Круговая эстафета» (расстояние 5—15 м). Бег с ускорением от 10 до 15 м (в 1 классе), от 10 до 20м (во 2 классе). Соревнования (до 60 м).	Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения беговых и прыжковых

Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей. На одной и на двух ногах на месте, с поворотом на 90°; с продвижением вперёд на одной и на двух ногах; в длину с места, с высоты до 30 см; с разбега (место отталкивания не обозначено) с приземлением на обе ноги, с разбега и отталкивания одной ногой через плоские препятствия; через набивные мячи, верёвочку (высота 30—40см) с 3—4 шагов; через длинную неподвижную и качающуюся скакалку; многоразовые (от 3 до 6 прыжков) на правой и левой ноге. На одной и на двух ногах на месте с поворотом на 180°, по разметкам, в длину с места, в длину с разбега, с зоны отталкивания 60—70 см, с высоты до 40 см, в высоту с 4—5 шагов разбега, с места и с небольшого разбега, с доставанием подвешенных предметов, через длинную вращающуюся и короткую скакалку, многоразовые (до 8 прыжков). *Закрепление навыков прыжков, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.* Игры с прыжками с использованием скакалки. Прыжки через стволы деревьев, земляные возвышения и т. п., в парах. Преодоление естественных препятствий. *Овладение навыками метания, развитие скоростно-силовых и координационных способностей.* Метание малого мяча с места на дальность, из положения стоя грудью в направлении метания; на заданное расстояние; в горизонтальную и вертикальную цель (2 × 2м) с расстояния 3—4 м. Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперёд-вверх, из положения стоя ноги на ширине плеч, грудью в направлении метания; на дальность. Метание малого мяча с места, из по-	упражнений, при этом соблюдают правила безопасности. Включают прыжковые упражнения в различные формы занятий по физической культуре. Применяют прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей. Закрепляют в играх навыки прыжков и развивают скоростно-силовые и координационные способности. Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений.

ложения стоя грудью в направлении метания на дальность и заданное расстояние; в горизонтальную и вертикальную цель (2 × 2м) с расстояния 4—5 м, на дальность отскока от пола и от стены. Бросок набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди вперёд-вверх, из положения стоя грудью в направлении метания; снизу вперёд-вверх из того же и. п. на дальность. *Самостоятельные занятия.* Равномерный бег (до 6 мин). Соревнования на короткие дистанции (до 30 м). Прыжковые упражнения на одной и двух ногах. Прыжки через небольшие (высотой 40 см) естественные вертикальные и горизонтальные (до 100 см) препятствия. Броски больших и малых мячей, других легких предметов на дальность и в цель (правой и левой рукой).	Составляют комбинации из числа разученных упражнений и выполняют их.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Дата	**Тема урока** / СОДЕРЖАНИЕ	**Тип урока**	**Характеристика основной деятельности ученика**	
I - четверть (27 ч.)					
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
1.		**Правила по технике безопасности на уроках** Урок - сказка «Понятие о физической культуре Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Игра «Пингвины с мячом»	Вводный урок	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма	
Легкая атлетика - 12 ч.					
2.		**Урок - путешествие.** «Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом». Игра «Быстро по своим местам». Правила по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Комбинированный	Различать разные виды ходьбы. Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок.	
3.		**Сочетание различных видов ходьбы.** Спортивный калейдоскоп. Игра «Слушай сигнал». Стартовый контроль:бег 30 м.	Комбинированный	Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.	
4.		**Спортивный марафон.** Обычный бег, бег с изменение направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Кошки - мышки». Игра «Рыбаки». Развитие скоростных качеств	Комбинированный	Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.	

5.		**Развитие-скоростносиловых качеств.** Спортивный марафон. «Бег с преодолением препятствий». Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Игра «Два Мороза».	Комбинированный	Научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.	Стартовый контроль: прыжок в длину с места.
6.		**Бег по размеченным участкам**	Комбинированный	Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	
7.		**Спортивный марафон.** дорожки. ОРУ. Игра «У ребят порядок строгий». Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	
8.		**Челночный бег. Развитие выносливости.** Урок - игра Игра «Ястреб и утка». ОРУ. Понятие скорость бега.	Изучение нового материала	Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения. Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега.	
9		**Совершенствование навыков бега** Спортивный марафон «. Медленный бег до 3 мин». ОРУ. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?»	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности - 1 ч.					

10.		**Режим дня и личная гигиена.** Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Игра «Шишки-желуди-орехи».	Изучение нового материала	Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Развитие познавательной получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психологопедагогические основы деятельности), знаний об обществе (историкосоциологические основы деятельности). Составлять индивидуальный режим дня. Соблюдать личную гигиену	
11		**Бег с ускорением.** Эстафеты. Игра «Быстро в круг». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики	Стартовый контроль: челночный бег (3х10 м).
12.		**Броски большого мяча** (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы. ОРУ. Игра «Воробьи и вороны». Развитие скоростно-силовых качеств. ТБ при метании набивного мяча.	Изучение нового материала	Знакомство с броском большого мяча на дальность из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения.	
13.		**Медленный бег до 3 мин** Спортивный марафон «Совершенствование навыков бега.». Подвижная игра «Невод».	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.	Стартовый контроль на гибкость наклон вперед из положения сидя.
14.		**Эстафета с мячами**. Игра «Бросай поймай». Развитие координации.	Комбинированный	Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	

15.		**Прыжок в длину с места**, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Эстафеты. ОРУ. Игра « Мышеловка». Развитие прыжковых качеств.	Совершенствование	Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	
Подвижные игры - 12 ч.					
16.		**Правила по технике безопасности на** уроках подвижных и спортивных игр. Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»).	Вводный	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.	
17.		**Игры на закрепление** и совершенствование развития скоростных способностей (разучивание игры «Пятнашки»).	Комбинированный	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.	
18.		**Игры на закрепление** и совершенствование навыков в прыжках (разучивание игры «Прыгающие воробушки»).	Комбинированный	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.	
19.		**Игры на закреплени**е и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»).	Комбинированный	Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.	
20.		**Ведение и передача баскетбол** Игры на закрепление и совершенствование метаний на	Совершенствование	Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.	
21.		**Подвижная игра** Урок - путешествие «Упражнения на внимание». «Охотники и утки».	Изучение нового материала	Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.	
22.		**Подвижная игра** Спортивный калейдоскоп «Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «Уловка»	Комбинированный	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.	
23.		**Подвижная игра** Ведение и передача баскетбольного мяча. Подвижная игра «Круговая охота».	Изучение нового материал	Моделировать игровые ситуации.	
24.		**Спортивный марафон** Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная	Комбинированный	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.	

25.		**Ходьба, бег, прыжки** Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная	Комбинированный	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.	
26.		**Комплекс упражнений для формы** Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная	Комбинированный	Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.	
27.		**Совершенствование ходьбы, бега, прыжки** Спортивный марафон «Внимание, на старт». Игра	Комбинированный	Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.	
II - четверть (21 ч.)					
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
28.		**Подвижная игра «Горелки».**Урок - путешествие «Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр».	Изучение нового материала	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.	
Гимнастика с элементами акробатики -14 ч.					
29.	1.	**Строевые команды.** Построения и перестроения. Игра «Класс, смирно!». Правила по технике безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики. Игра	Вводный урок	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», « Равняйсь!», «Стой!». Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке.	
30.		«**Группировка, перекаты** в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях». Подвижная игра «Иголка и нитка».	Изучение нового материала	Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Описывать технику разучиваемых упражнений.	
31.		«**Кувырок вперед** в упор присев». Подвижная игра «Тройка».	Изучение нового материала	Осваивать технику кувырка вперед в упор присев. Выявлять характерные ошибки в выполнении кувырка вперед в упор присев. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения	

32.		**Гимнастический мост** из положения лежа на спине. Игра «Раки».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения гимнастического моста из положения лежа на спине. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах т группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности.	
33.		**Стойка на лопатках.** Игра «Через холодный ручей».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения стойки на лопатках. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.	Сдача контрольного норматива на силовые способности (подтягивание).
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
34.		**Урок - викторина** «Основные способы передвижения. Представление о физических упражнениях». Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползанье, как жизненно важные способы передвижения человека; Правила предупреждения травматизма Подвижная игра «Петрушка на скамейке».	Изучение нового материала	Выявлять различия в основных способах передвижения человека. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	
35.		**Стойка на носках**, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90°. Подвижная игра « Пройди бесшумно».	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	
36.		**Передвижения по гимнастической стенке**. Игра «Конники-спортсмены».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.	

37.		**Урок - соревнование** «Лазание по гимнастической скамейке. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке». Подвижная игра «Отгадай, чей голос».	Изучение нового материала	Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами. Проявлять качества силы, координации, выносливости при выполнении лазания по гимнастической скамейке. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.	
38.		**Перелезание через гимнастического коня**. Игра «Не урони мешочек».	Изучение нового материала	Освоить технику перелезания через гимнастического козла. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении перелезания через гимнастического коня. Познакомиться с техникой выполнения опорного прыжка.	
39.		Урок - соревнование «Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания». Подвижная игра «Посадка картофеля».	Комбинированный	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Продемонстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности.	
40.		**Акробатические комбинации.** Игра «Парашютисты».	Совершенствование	Продемонстрировать умение выполнять акробатические комбинации. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций	
41.		**ОРУ с гимнастической палкой.** Подвижная игра «Охотники и утки».	Изучение нового материала	Освоить упражнения с гимнастической палкой. Отбирать и составлять комплексы упражнений с гимнастической палкой для утренней зарядки и физкультминуток. Характеризовать влияние общеразвивающих упражнений на организм	

42.		**Основная стойка.** Построение в шеренгу и колону по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Медвежата за медом».	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	
43.		**Развитие координационных способностей**. Название основных гимнастических снарядов.	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	
44.		**Лазание по гимнастической стенке** и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев. Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Кузнечики». Развитие силовых качеств	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	
Подвижные игры -4 ч.					
		Гимнастика с основами акробатики: «У медведя во бору», «Бой петухов».	Комбинированный	Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр.	
45.		**Совершенствование гимнастики с основами акробатики**: «Салки- догонялки», «Змейка»	Комбинированный	Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр.	
46.		**Эстафета «Веселые старты».** Веревочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше».	Комбинированный		

47		**Эстафета «Салки-догонялки»**	Комбинированный		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
48.		**Урок - игра** Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие). Игра «Слушай сигнал».	Изучение нового материал	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки.	
III - четверть (27 ч.)					
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
49.		**Урок - игра Основные физические качества** (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие). Игра «Слушай сигнал».	Изучение нового материал	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки.	
49.		**Дыхание при ходьбе. Способы самоконтроля** Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья	Изучение нового материала	Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья. Осваивать способы самоконтроля. Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе.	
Лыжная подготовка - 20 ч.					
50.		**Техника безопасности** при занятиях на лыжах. Лыжная строевая подготовка.	Вводный урок	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь.	
51.		**Построение в шеренгу с лыжами в руках**. Переноска и надевание лыж. Ступающий и скользящий шаг без палок и с палками.	Изучение нового материал	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
52.		**Разучивание скользящего шага.**	Изучение нового	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
53.		**Передвижение скользящим шагом**. Повороты переступанием на месте.	Комбинированный	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
54.		**Передвижение скользящим шагом.**	Комбинированный	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					

55.		**Историческое путешествие** «Зарождение древних Олимпийских игр». Игра	Изучение нового материала	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Освоить материал о зарождении олимпийских игр.	
56.		**Передвижение скользящим шагом**. Игра «Салки на марше».	Изучение нового материал	Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками.	
57.		**Передвижение скользящим шагом**. «Салки на марше».	Комбинированный	Демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов	
58.		**Передвижение ступающим и скользящим шагом**. Игра «На буксире».	Комбинированны	Демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим шагом.	
59.		**Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.** Игра «На буксире».	Комбинированны	Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности	
60.		**Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.** Игра «Финские санки».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
62.		**Попеременно двухшажный ход.** Игра «Два дома». Игра «Два дома».	Изучение нового	Демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим шагом.	
63.		**Попеременно двухшажный ход.** Игра «По местам».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
64.		**Попеременно двухшажный ход**. Игра «День и ночь».	Комбинированны	Демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим шагом.	
65.		**Попеременно двухшажный ход**.	Комбини	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
66.		Спуск с небольшого склона. Подъем лесенкой. Игра «Кто дольше прокатится».	Изучение нового	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
67.		**Спуск с небольшого склона.** Подъем лесенкой. Игра «Кто дольше прокатится». Игра «Кто быстрее взойдет в гору».	Комбинированный	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
68.		**Попеременно двухшажный ход с палками**. Подъем елочкой. Игра «Кто быстрее взойдет в гору».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
69.		**Прохождение дистанции 1 км**. Подъем елочкой.	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	

70.		**Прохождение дистанции 1 км.** Подъем елочкой.	Комбинированный	Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности. Выполнять организующие команды, стоя на месте, и при передвижении. Передвигаться на лыжах в колонне с соблюдением	
Подвижные игры -4 ч.					
71.		**Закрепление передвижений, подъёмов, спусков**. Игра «Быстрый лыжник».	Комбинированный	Проявлять выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	
72.		**Закрепление передвижений, подъёмов, спусков**. Игры «Кто дальше скатится с Горки».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
73.		**Лыжные эстафеты.** Игра «За мной».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
74.		**Лыжные эстафеты**. Игра «Охотники и зайцы».	Комбинированны	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах.	
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
75.		**Влияние физических упражнений на осанку**. Приемы закаливания. Понятие обморожение.	Изучение нового материала	Понимать значения физических упражнений на формирование осанки. Осваивать приемы закаливания и оценивать свое состояние после закаливания. Иметь понятия об обморожениях.	
IV - четверть (24 ч.)					
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
76.		**Историческое путешествие** «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси».	Изучение нового материала.	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Освоить материал о зарождении физической культуры на территории Древней Руси.	
Легкая атлетика -12 ч.					

77.		**Бег на 30 метров**. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	Изучение нового материала.	Осваивать технику бега различными способами. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Различать разновидности беговых заданий. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча	
78.		**Бег на 60 метров.** Прыжки в длину с разбега.	Комбинированный	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.	
79.		**Прыжки в длину с разбега.**	Комбинированный	Различать разновидности беговых заданий.	
80.		**Прыжки в длину с разбега**. Сдача контрольного норматива прыжки в длину с разбега.	Комбинированный	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.	
81.		**Бег. Метание на дальность.**	Комбинированный	Различать разновидности беговых заданий. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча	
82.		**Бег. Метание на дальность.** Сдача контрольного норматива- метание на дальность.	Комбинированный	Различать разновидности беговых заданий. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча	
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
83.		**Прыжки со скакалкой.** Подвижная игра «Кот и мыши».	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
84.		**Игры с использованием скакалки**. Подвижная игра «Невод».	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	

85.		**Прыжок в высоту.** «Челночный» бег.	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
86.		**Прыжок в высоту.** «Челночный» бег.	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
87.		**Кроссовая подготовка.**	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
88.		**Кроссовая подготовка.**	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
89.		**Кроссовая подготовка**. Сдача контрольного норматива 1000 м без учета времени.	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	
Подвижные игры -9 ч.					
90.		**Эстафеты с мячами**. Игра «Бросай поймай» . Развитие координации		Объяснять пользу подвижных игр.	
91.		**Игра «Третий лишний». ОРУ.** Развитие выносливости.		Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.	
92.		**Эстафеты. ОРУ.** Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана	
93.		**Эстафеты** Игра «Воробьи и вороны».. Развитие скоростно-силовых качеств.		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Распределяться на команды с помощью считалочек.	
94.		**Игра «Третий лишний». ОРУ.** Развитие выносливости.		Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды.	
95.		**Игра «Пятнашки»** Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Распределяться на команды с помощью считалочек.	

96.		**Игра «Воробьи и вороны».** ОРУ. Развитие выносливости.		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Распределяться на команды с помощью считалочек.	
97.	8.	**ОРУ в движении.** Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Распределяться на команды с помощью считалочек.	
98.	9.	**Эстафеты. Развитие координации.**		Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга.	
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности -1ч.					
99.	9.	***Правила поведения при купании в водоемах во время летних каникул.***		Соблюдать правила поведения при купании в открытых водоемах.	

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Содержание	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			
			Понятия	Предметные результаты	УУД	Личностные результаты
1	2	3	4	5	6	7
1	**Техника безопасности (ТБ)** при занятиях физической культурой.Когда и как возникли физическая культура и спорт. Знакомство с легкой атлетикой. Игра «Третий лишний»	Формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями; ознакомить с содержанием занятий физической культурой, гигиеническими и эстетическими требованиями к комплекту одежды для занятий физкультурой; дать общие представления об основных понятиях и правилах; познакомить с правилами игры «Третий лишний».	Физическая культура и спорт, техника безопасности, Легкая атлетика.	**Узнают** когда и как возникли физическая культура и спорт. **Познакомятся** с правилами безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями, с содержанием занятий физической культурой, гигиеническими и эстетическими требованиями к комплекту одежды для занятий физкультурой. **Научатся** играть **в** игру «Третий лишний»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу. **Коммуникативные:** умение участвовать в диалоге.	Принятие и усвоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
2	**ОРУ. Разновидности ходьбы.** Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м) Челночный бег	Формировать знания и представления о разновидностях ходьбы и бега; ознакомить с техникой выполнения ходьбы и бега; бега с	Ходьба, бег. Высокий старт	**Научатся:** правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать 30 м с высокого старта; играть в подвижную игру «Кто	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы класса. **Регулятивные:**	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе

	Игра «Кто быстрее»	высокого старта; развивать скоростные и координационные способности; познакомить с правилами игры «Кто быстрее».		быстрее»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	ставитьцели,позволяющие решать учебные задачи. **Коммуникативные:** уметь слушать и понимать речь других.	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
4	**Обучение челночному бегу 3х10 м.** Современные Олимпийские игры. Бег с ускорением (30 м) Встречные эстафеты с предметами и без них.	Формировать знания и представления о современных Олимпийских играх; повторить строевые упражнения; обучить челночному бегу 3х10 м; совершенствовать технику выполнения бега на 30 метров с высокого старта; развивать скоростные и координационные способности.	Олимпийские игры, олимпийский символ, олимпийский девиз, олимпийская эмблема, олимпийский флаг, клятва, талисман олимпийских игр, награды, барон Пьер де Кубертен, челночный бег, бег с высокого старта.	**Узнают** о современных Олимпийских играх. **Научатся** челночному бегу 3х10 м; бегать 30 м с высокого старта; правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; выполнять эстафеты с предметами и без них.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний; осуществлять анализ объектов; преобразовывать информацию из одной формы в другую. **Регулятивные:** вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** использоватьречь для регуляции своего действия.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Адекватно воспринимать оценку учителя.
5	**Бег с изменением направления движения.** Учет в прыжках в длину с места. Игра «Запрещенное движение»	Повторить сведения о правилах безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями; совершенствовать прыжки в длину с места; учить бегу с изменением направления движения; повторить выполнение строевых упражнений, изученных ранее; обучить правилам игры «Запрещенное движение»	Шеренга, построение парами. Бег с изменением направления движения.	**Научатся:** выполнять строевые команды и распоряжения; бег с изменением направления движения; игре «Запрещенное движение»	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** уметь слушать и понимать речь других.	Уважительное отношение к иному мнению и речи другого человека. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

7	**Разновидности прыжков.** Прыжок с высоты 30-40 см. Закрепление техники метания мяча в цель. Игра «Кто выше прыгнет»	Совершенствовать технику метания мяча в цель; познакомить с разновидностями прыжков; прыжков на одной и двух ногах, с высоты 30-40 см; развивать скоростные и координационные способности; обучить игре «Кто выше прыгнет»	Прыжки на одной и двух ногах	**Узнают о** разновидностях прыжков **Научатся:** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму; правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений игре «Кто выше прыгнет»	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.**Коммуникативные:** уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую помощь.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Осознание ответственности человека, за общее благополучие, личной ответственности за свои поступки.
8	**Обучение прыжку в высоту** с прямого разбега способом перешагивания. Прыжки через веревочку на высоте 20-50 см	Совершенствовать технику выполнения прыжков; обучать прыжкам в высоту с прямого разбега способом перешагивания; учить прыжкам через веревочку на высоте 20-50 см; развивать скоростные и координационные способности	Способ перешагивания	**Научатся:** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму; выполнять прыжки через веревочку на высоте 20-50 см	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний; осуществлять анализ объектов. **Регулятивные:** ставитьцели,позволяющие решать учебные задачи. **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
10	**Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов** Основные способы передвижения человека.Твой организм. Основные части тела человека. . Игра «Салки»	Формировать знания и представления об организме человека, основных частях тела человека; учить технике выполнения прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов; развивать скоростные и координационные способности; обучить игре	Организм, основные части тела человека (голова, грудь, живот, туловище, рука, нога, шея, спина).	**Узнают** об организме человека, основных частях тела человека **Научатся:** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму; играть в подвижную игру «Салки»; понимать правила игры; применять правила	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, принятие образа «хорошего» ученика, выработка начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся мире.

		«Салки»		безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	непонятное).	
11	**Подвижные игры** ТБ при проведении подвижных игр. Обучение технике ловли мяча двумя руками. Техника ведения мяча на месте. Игра «Третий лишний»	Формировать знания и представления по технике безопасности при проведении подвижных игр; ознакомить с техникой ловли мяча двумя руками; совершенствовать технику ведения мяча на месте	Подвижные игры	**Познакомятся** с техникой безопасности при проведении подвижных игр. **Научатся:** выполнять ловлю мяча двумя руками; соблюдать технику ведения мяча на месте.	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Адекватно воспринимать оценку учителя.
13	**Ловля и передача мяча в движении.** Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ с мячом. Игра «Попади в обруч»	Совершенствовать технику выполнения ловли и передачи мяча в движении, зафиксировать внимание детей на правильном исходном положении; ознакомить с техникой бросков в цель (кольцо, щит, мишень); разучить комплекс ОРУ с мячом; познакомить с правилами игры «Попади в обруч»; развивать координационные способности.	Горизонтальная цель (кольцо, щит, мишень), исходное положение, ловля, передача мяча.	**Научатся:** ловить и передавать мяч в движении; выполнять броски в цель (кольцо, щит, мишень), ОРУ с мячом; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр.	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы класса. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации.**Коммуникативные:** умение участвовать в диалоге.	Выражение устойчивой учебно-познавательной мотивации учения. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
14	**Совершенствование ловли и передачи мяча в движении.** Ведение на месте. Броски в цель (мишень) Эстафеты.	Формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника; совершенствовать навыки ловли и передачи мяча в движении, на месте; совершенствовать технику бросков в цель; развивать	Эстафеты	**Узнают** о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника. **Научатся** владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр; участвовать в эстафетах	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний; осуществлять анализ объектов. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу. **Коммуникативные:** проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных о познавательных задач; ставить	Установка на общечеловеческие ценности и правила, определяющие отношения сверстников друг к другу, к окружающим людям, учителям, позитивное сотрудничество в разных ситуациях. Формирование установки на безопасный, здоровый

		координационные способности.			вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве.	образ жизни.
16	**Ведение на месте правой (левой) рукой.** Зарождение Олимпийских игр. Первые соревнования. История возникновения русских народных игр. **Броски в цель** (кольцо, щит, мишень).	Формировать знания и представления об истории возникновения русских народных игр; совершенствовать навыки ловли и передачи мяча в движении, на месте правой (левой) рукой; совершенствовать броски в цель (кольцо, щит, мишень); развивать координационные способности.	Русские народные игры. Горизонтальная цель, исходное положение, кольцо, щит, мишень.	**Узнают** об истории возникновения русских народных игр. **Научатся:** выполнять броски в цель (кольцо, щит, мишень); владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.**Коммуникативные:** уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую помощь.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Адекватно воспринимать оценку учителя.
17	**Влияние физических упражнений** на телосложение и организм человека.Функции отдельных органов и систем.	Формировать знания и представления о функциях отдельных органов и систем, о влиянии физических упражнений на телосложение и организм человека; совершенствовать навыки ловли и передачи мяча в движении, на месте правой (левой) рукой; совершенствовать броски в цель (кольцо, щит, мишень); развивать координационные способности; познакомить с правилами игры «Организм».	Организм, основные внутренние органы (головной мозг, сердце, легкие, печень, кишечник, желудок).	**Узнают** о функциях отдельных органов и систем; о влиянии физических упражнений на телосложение и организм человека. **Научатся** выполнять броски в цель (кольцо, щит, мишень); владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе игр; играть в игру«Организм»	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие умения регулировать свою деятельность.
19	**Закрепление техники ведения мяча.** Игра «Перестрелка», «Мяч в корзину»	Формировать знания и представления о необходимости здорового образа жизни; совершенствовать технику выполнения упражнений	Здоровый образ жизни, физические упражнения.	**Узнают** о необходимости здорового образа жизни. **Научатся** владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски);	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с	Выражение устойчивой учебно-познавательной мотивации учения; уважительное отношение к иному мнению и речи другого человека;

		по ведению мяча правой (левой) рукой; научить детей играть в игры «Перестрелка», «Мяч в корзину».		применять правила безопасности при выполнении упражнений; играть в игры «Перестрелка», «Мяч в корзину».	поставленной целью и условиями ее реализации.**Коммуникативные:** координировать, принимать различные позиции во взаимодействии.	развитие умения регулировать свою деятельность. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
20	**Подвижная игра** «Борьба за мяч», «Кто дальше бросит».	Совершенствовать навыки детей в подвижных играх; научить детей играть в игры «Борьба за мяч», «Кто дальше бросит».	Здоровый образ жизни, правильная осанка.	**Научатся:** играть в подвижные игры «Борьба за мяч», «Кто дальше бросит»; применять правила безопасности во время игр; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	
22	**Обучение ловле и передаче мяча** на месте и в движении в тройках. Игра « Передал - садись»	Продолжать формировать знания и представления о здоровом образе жизни; обучить ловле и передаче мяча на месте и в движении в тройках; развивать координационные способности.	Здоровый образ жизни, активный отдых. Передача мяча на месте, в движении	**Научатся:** ловить и передавать мяч на месте и в движении в тройках; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** ставитьцели,позволяющие решать учебные задачи. **Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	
23	**Отработка ловли и передачи мяча на месте** и в движении.	Продолжать формировать знания и представления детей о пользе занятий физическими упражнениями на	Передача мяча на месте, в движении	**Научатся:** ловить и передавать мяч на месте и в движении в тройках; применять правила безопасности при	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие умения регулировать свою

	Игра «Передача мяча в колоннах»	организм человека; совершенствовать технику выполнения ловли и передачи мяча на месте и в движении; развивать двигательные качества детей; активизировать игровую деятельность учащихся посредством использования на уроке игровых упражнений, основанных на изученных уже движениях; развивать координационные способности.		выполнении упражнений.	**Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	деятельность. Адекватно воспринимать оценку учителя.
25	**Гимнастика.** Техника безопасности во время занятий гимнастикой. Гимнастика как вид спорта. ОРУ. Игра «Охотники и утки».	Формировать знания и представления детей о правилах безопасности и поведения во время занятий гимнастикой в спортивном зале; разучить комплекс ОРУ; научить расчету по три; повторить построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; разучить игру «Охотники и утки».	Гимнастика как вид спорта, техника безопасности	**Узнают,** что такое гимнастика, о правилах безопасности и поведения во время занятий гимнастикой спортивном зале. **Научатся:** расчету по три; построению в колонну по одному, в шеренгу, в круг; выполнять комплекс ОРУ; играть в игру «Охотники и утки»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний; осуществлять анализ объектов. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу. **Коммуникативные:** ставить вопросы и обращаться за помощью.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.
26	**ОРУ в движении** Лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе.	Формировать знания и представления детей о правилах безопасности и поведения при выполнении акробатических упражнений, о необходимости	Гимнастическая скамейка, упор присев, упор стоя на коленях и лежа на животе	**Узнают** о правилах безопасности и поведения при выполнении акробатических упражнений **Научатся** лазать по наклонной гимнастической скамейке	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу. **Коммуникативные:** умение участвовать в диалоге.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие умения регулировать свою деятельность.

	Игра «Иголочка и ниточка»	проведения мероприятий по профилактике нарушений осанки; учить лазанию по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; развивать координационные способности.		в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе		
27	**Профилактика инфекционных заболеваний. ОРУ в движении. Игра «Иголочка и ниточка»** Разучивание русской подвижной игры «Водяной»	Формировать знания и представления детей о профилактике инфекционных заболеваний; разучить русскую народную игру «Водяной»	Инфекционные заболевания	**Узнают** о профилактике инфекционных заболеваний **Научатся** играть в русскую подвижную игру «Водяной»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
29	**Лазание по наклонной гимнастической скамейке** в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе.	Совершенствовать лазание по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; разучить игру «Иголочка и ниточка»; развивать координационные способности.	Гимнастическая скамейка, упор присев, упор стоя на коленях и лежа на животе	**Научатся** лазать по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе; играть в игру «Иголочка и ниточка»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. **Регулятивные:** в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи.**Коммуникативные:** проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных о познавательных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве.	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности; наличие способности к правильным действиям в условиях адаптации к динамично изменяющимся событиям в мире.

30	**Профилактика травматизма** Игра «Слушай сигнал» Совершенствование перелезания через гимнастического коня, бревно.	Формировать знания и представления детей о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в спортивном зале; повторить построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг, расчет по три; познакомить с техникой перелезания через гимнастического коня и бревно; развивать координационные способности.	Гимнастический конь, бревно	**Узнают** о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в спортивном зале **Научатся** выполнять перешагивание через набивные мячи; лазать по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук; перелезать через коня, бревно; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
31	**Лазание по гимнастической стенке.** Правильная осанка. ОРУ на формирование правильной осанки. Игра «Проверь себя»	Формировать знания и представления о правильной осанке; повторить сведения о правилах безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями; разучить комплекс ОРУ на формирование правильной осанки; совершенствовать перелезания через гимнастического коня и скамейку; повторить выполнение строевых упражнений разученных ранее; развивать координационные способности.	Осанка. Гимнастический конь, бревно	**Узнают**, что такое правильная осанка. **Научатся** выполнять строевые команды и распоряжения; лазать по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук; перелезать через коня, бревно; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
32	**Игра «Слушай сигнал»** Правильная осанка. ОРУ на формирование правильной осанки.	Формировать знания и представления о правильной осанке; повторить сведения о правилах безопасного поведения во время	Осанка. Гимнастический конь, бревно	**Узнают**, что такое правильная осанка. **Научатся** выполнять строевые команды и распоряжения; лазать по гимнастической стенке с	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. **Регулятивные:** осуществлять	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки

	Игра «Проверь себя»	занятий физическими упражнениями; разучить комплекс ОРУ на формирование правильной осанки; совершенствовать перелезания через гимнастического коня и скамейку; повторить выполнение строевых упражнений разученных ранее; развивать координационные способности.		одновременным перехватом и перестановкой рук; перелезать через коня, бревно; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	итоговый и пошаговый контроль по результату. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	на безопасный, здоровый образ жизни.
33	**ОРУ. Совершенствование лазания через препятствия**	Формировать знания и представления о правильной осанке; повторить сведения о правилах безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями; разучить комплекс ОРУ на формирование правильной осанки; совершенствовать перелезания через гимнастического коня и скамейку; повторить выполнение строевых упражнений разученных ранее; развивать координационные способности.	Осанка. Гимнастический конь, бревно	**Узнают**, что такое правильная осанка. **Научатся** выполнять строевые команды и распоряжения; лазать по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук; перелезать через коня, бревно; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
34	**Акробатические упражнения.** Инструктаж по ТБ. **Кувырок вперед**, стойка на лопатках, согнув ноги. Игра «Салки-догонялки»	Формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при выполнении акробатических упражнений, о необходимости проведения мероприятий по профилактике	Акробатические упражнения, акробатика, профилактика, группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках Травма, вывих, перелом.	**Узнают** о правилах безопасности и поведения при выполнении акробатических упражнений. **Научатся:** переносить гимнастические маты, перелезать через горку матов; выполнять кувырок	**Познавательные:** перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий.	Выражение устойчивой учебно-познавательной мотивации учения. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Адекватно воспринимать оценку учителя.

		нарушений осанки; повторить правила переноски гимнастических матов, перелезание через горку матов; учить технике выполнения кувырка вперед, стойке на лопатках, согнув ноги; учить правилам игры «Салки-догонялки»; развивать координационные способности.		вперед, стойку на лопатках, согнув ноги; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, оказывать взаимопомощь.	
35-36	**Кувырок вперед Строевые упражнения** и перестроения (размыкание и смыкание приставными шагами) Совершенствование кувырка вперед, стойки на лопатках, согнув ноги. Подвижная игра «Фигуры»	Познакомить с техникой выполнения строевых упражнений и перестроений; совершенствовать технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках, согнув ноги; развивать координационные способности.	Размыкание, смыкание, кувырок вперед, стойка на лопатках	**Научатся** играть в подвижную игру «Фигуры»; понимать правила игры; наблюдать за соблюдением правил игры; выполнять строевые упражнения перестроения выполнять кувырок вперед, стойку на лопатках, согнув ноги; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** преобразовывать практическую задачу в познавательную. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять анализ информации, определять общую цель и пути ее достижения.	Развитие умения регулировать свою деятельность. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
37	**Совершенствование строевых упражнений** ОРУ с гимнастической палкой. Подвижные игры «Удочка», «Бояре»	Разучить ОРУ с гимнастической палкой; совершенствовать технику выполнения кувырка вперед, стойки на лопатках, согнув ноги; развивать координационные способности; учить выполнять строевые упражнения (перестроение	Гимнастическая палка, кувырок вперед, стойка на лопатках	**Научатся:** выполнять кувырок вперед в группировке; применять правила безопасности при выполнении упражнений; выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях;	**Познавательные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Регулятивные:** составлять план и последовательность действий; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

		из колонны по одному в колонну по два); повторить подвижные игры «Удочка», «Бояре».		наблюдать за соблюдением правил игры.	оценки и учета характера сделанных ошибок.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	
38	**Перекат вперед** в упор присев, из стойки на лопатках, согнув ноги. ОРУ для укрепления мышц живота и спины. Подвижная игра «Светофор»	Формировать знания и представления о влиянии занятий физическими упражнениями на развитие организма и телосложение человека; повторить ходьбу в колонне, комплекс упражнений утренней гимнастики, стойку на носках; ходьбу по гимнастической скамейке; познакомить с техникой выполнения перекатов вперед в упор присев, из стойки на лопатках, согнув ноги; развивать координационные способности.	Телосложение человека, мускулы. Перекат вперед, упор присев, стойка на лопатках	**Узнают** о влиянии занятий физическими упражнениями на развитие организма и телосложение человека. **Научатся:** выполнять ходьбу в колонне, комплекс упражнений утренней гимнастики, стойку на носках; ходьбу по гимнастической скамейке; выполнять перекаты вперед в упор присев, из стойки на лопатках, согнув ноги; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** применять установленные правила в планировании способа решения; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Развитие умения регулировать свою деятельность. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
39-43	**Упор в висе** **Совершенствование упора в висе** **Стойка на лопатках** **Совершенствование стойки на лопатках** согнув ноги. Игра «Хромая лиса»	Формировать знания и представления о влиянии физических упражнений на осанку, здоровье и красоту человека; совершенствовать технику выполнения переката вперед в упор присев, из стойки на лопатках согнув ноги; повторить перестроение из колонны по одному в колонну по два; развивать координационные	Стойка на лопатках, перекат вперед, упор присев	**Научатся** выполнять из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев; ОРУ для укрепления мышц живота и спины; играть в игру «Хромая лиса; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Регулятивные:** ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем, принимать и понимать алгоритм выполнения заданий.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

		способности.			оказывать взаимопомощь.	
44	**В висе спиной к гимнастической скамейке** ОРУ с гимнастической палкой. Игра «Змейка»	Формировать знания и представления детей о требованиях безопасности и гигиены занятий физическими упражнениями в спортивном зале; повторить передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам; научить выполнять висы, подтягивания в висах; развивать силовые способности.	Вис, подтягивание	**Научатся** выполнять висы, подтягивания в висе; применять правила безопасности при выполнении упражнений	**Познавательные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** ставить цели, позволяющие решать учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
45	**Утренняя гимнастика.** Совершенствование выполнения висов на согнутых руках. Подтягивание в висе. ОРУ с предметами. Игра «Слушай сигнал»	Формировать знания и представления о влиянии физических упражнений на осанку, здоровье, красоту и силу человека, о необходимости выполнять утреннюю гимнастику; совершенствовать технику выполнения виса на согнутых руках; учить выполнять подтягивания в висе; выполнять ОРУ с предметами; развивать силовые способности.	Осанка, утренняя гимнастика Вис на согнутых руках, подтягивание в висе	**Узнают** о влиянии физических упражнений на осанку, здоровье, красоту и силу человека; о необходимости выполнять утреннюю гимнастику. **Научатся:** выполнять в висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног, вис на согнутых руках, подтягивание в висе; применять правила безопасности при выполнении упражнений.	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Адекватно воспринимать оценку учителя.
46-52	**Упражнения в равновесии. Совершенствование упражнений в**	Формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника на	Двигательный режим.	**Узнают** о двигательном режиме младшего школьника на зимних каникулах.	**Познавательные:** преобразовывать практическую задачу в познавательную. **Регулятивные:** самостоятельно	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие

	равновесии **Броски в/б мяча** **ОРУ. Вис стоя и лежа** **Совершенствование виса стоя и лежа** **Вис спиной к гимнастической скамейке** **Утренняя гимнастика** **Совершенствование висов** **Упражнение на равновесие** Веселые старты	зимних каникулах; совершенствовать выполнение упражнений на равновесие (стойка на носках, на одной ноге на полу и скамейке); повторить правила безопасности и поведения при выполнении упражнений в равновесии; активизировать игровую деятельность учащихся посредством использования на уроке игровых упражнений, основанных на изученных уже движениях.		**Повторят** изученные упражнения. **Научатся:** понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять анализ информации, определять общую цель и пути ее достижения.	коммуникативной компетентности учащихся. Адекватно воспринимать оценку учителя.
53-54	**Лыжная подготовка.** **Лыжная подготовка.** Вводный инструктаж по технике безопасности во время проведения уроков по лыжной подготовке. Основные требования к одежде и обуви. Игра «Белые медведи».	Формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями зимой на улице, на лыжах; контроль уровня учащихся в передвижении на лыжах без палок.	Зимний спорт.	**Узнают** о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями зимой на улице, на лыжах.	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Регулятивные:** ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем, принимать и понимать алгоритм выполнения заданий.**Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения, адекватное восприятие предложений учителя.
55	**Техника выполнения скользящего** шага и поворота переступанием с продвижением вперед.	Формировать знания и представления младших школьников о соблюдении «температурного режима» при занятиях на лыжах, о необходимости владения правилами оказания первой медицинской	Температурный режим, скользящий шаг	**Узнают** о соблюдении «температурного режима» при занятиях на лыжах, о необходимости владения правилами оказания первой медицинской помощи при занятиях физическими	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; ставитьцели,позволяющие	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи; положительная мотивация учебной деятельности; готовность следовать

		помощи при занятиях физическими упражнениями в зимний период времени; учить сохранению одноопорного равновесия после переноса массы тела на маховую ногу в скользящем шаге; учить стойке устойчивости и подъему «лесенкой» наискось; проверить уровень имеющихся навыков скользящего шага и поворота переступанием с продвижением вперед.		упражнениями в зимний период времени. **Научатся:** выполнять скользящий шаг и поворот переступанием с продвижением вперед; сохранению одноопорного равновесия после переноса массы тела на маховую ногу в скользящем шаге; подъему «лесенкой» наискось.	решать учебные задачиставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения; проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных познавательных задач.	нормам здоровьесберегающе-го поведения; умение оказывать доврачебную помощь себе и окружающим
56	**Совершенствование техники** передвижения на лыжах скользящим шагом	Учить переносу массы тела в повороте переступанием с продвижением вперед; учить спуску в стойке устойчивости с выдвинутой вперед правой ногой, наклону туловища в скользящем шаге, спуску в стойке устойчивости с выдвижением вперед левой ноги; держанию прямой маховой ноги в неподвижном положении во время скольжения на одной лыже; сгибанию и разгибанию ног в коленных суставах.	Скользящий шаг	**Научатся:** переносить массу тела в повороте переступанием с продвижением вперед; выполнять спуск в стойке устойчивости с выдвинутой вперед правой ногой; наклон туловища в скользящем шаге, спуск в стойке устойчивости с выдвижением вперед левой ноги; научатся сгибанию и разгибанию ног в коленных суставах, держанию прямой маховой ноги в неподвижном положении во время скольжения на одной лыже.	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии; обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
57	**Закрепление техники передвижения на лыжах** скользящим шагом	Учить позднему переносу массы тела на маховую ногу во время одноопорного скольжения; учить подпрыгиваниям в	Маховая нога, одноопорное скольжение	**Научатся:** выполнять перенос массы тела на маховую ногу во время одноопорного скольжения;	**Познавательные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** ставить цели,	Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения, адекватное восприятие предложений

		стойке устойчивости во время спуска.		подпрыгивать в стойке устойчивости во время спуска.	позволяющие решать учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	учителя.
58	**Контроль уровня образования навыков скользящего шага и поворота** переступанием с продвижением вперед.	Учить согласованности движений рук и ног в скользящем шаге; проверить уровень образования навыков скользящего шага и поворота переступанием с продвижением вперед.	Скользящий шаг, поворот переступанием	**Научатся:** согласованности движений рук и ног в скользящем шаге; выполнять скользящий шаг и поворот переступанием с продвижением вперед; соотносить свои знания с заданием, которое нужно выполнить.	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
59	**Ознакомление с техникой выполнения попеременного двухшажного хода**	Учить согласованности движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе; смене ног прыжком в стойке устойчивости во время спуска	Попеременный двухшажный ход	**Научатся** согласованности движений рук и ног в попеременном двухшажном ходе; смене ног прыжком в стойке устойчивости во время спуска	**Познавательные:** преобразовывать практическую задачу в познавательную. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать взаимопомощь.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи; положительная мотивация учебной деятельности; готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения;
60	**Совершенствование техники подъема «лесенкой»** наискось, опираясь на палки.	Учить остановке рук во время скольжения на одной лыже в скользящем шаге; подъему «лесенкой» наискось, опираясь на палки.	Подъем «лесенкой»	**Научатся** выполнять остановку рук во время скольжения на одной лыже в скользящем шаге; подъем «лесенкой» наискось, опираясь на палки.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

					алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, оказывать взаимопомощь.	
61	**Ознакомление с техникой спуска в стойке** устойчивости с палками в руках.	Учить удерживать маховую ногу, поднятую над снегом, в неподвижном положении в течение одной секунды в скользящем шаге; учить спуску в стойке устойчивости с палками в руках.	Маховая нога, скользящий шаг, стойка устойчивости	**Научатся:** удерживать маховую ногу, поднятую над снегом, в неподвижном положении в течение одной секунды в скользящем шаге; выполнять спуск в стойке устойчивости с палками в руках.	**Познавательные:** уметь осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. **Регулятивные:** в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий.**Коммуникативные:** слушать и понимать речь других.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.
62	**Совершенствование попеременного двухшажного хода**	Учить останавливать руки и удерживать маховую ногу в неподвижном положении в течение одной секунды в скользящем шаге; учить движению руки за бедро в попеременном двухшажном ходе; согласованности движений рук и ног с остановками во время одноопорного скольжения в скользящем шаге; согласованности движений рук и ног с большой амплитудой в попеременном двухшажном ходе.	Попеременный двухшажный ход	**Научатся** останавливать руки и удерживать маховую ногу в неподвижном положении в течение одной секунды в скользящем шаге; выполнять движение руки за бедро в попеременном двухшажном ходе; согласованно выполнять движение рук и ног с остановками во время одноопорного скольжения в скользящем шаге; движение рук и ног с большой амплитудой в попеременном двухшажном ходе.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного; перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; проявлять инициативу действия в учебном сотрудничестве. **Коммуникативные:** ставить вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве	Развитие умения регулировать свою деятельность. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

63	**Закрепление техники передвижения на лыжах** скользящим шагом Контроль выполнения техники подъема «лесенкой» наискось	Проверить уровень образования навыков скользящего шага и поворота переступанием с продвижением вперед; оценить технику выполнения подъема «лесенкой»	Подъем «лесенкой», скользящий шаг	**Научатся** выполнять технику передвижения на лыжах скользящим шагом; технику подъема «лесенкой» наискось; соотносить свои знания с заданием, которое нужно выполнить.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий; проявлять инициативу действия в учебном сотрудничестве. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
64	**Совершенствование техники передвижения попеременным двухшажным ходом.** Контроль выполнения техники спуска в стойке устойчивости.	Учить изменению скорости передвижения попеременным двухшажным ходом; оценить технику выполнения спуска в стойке устойчивости	Попеременный двухшажный ход, стойка устойчивости	**Научатся** изменять скорость передвижения попеременным двухшажным ходом; выполнять спуск в стойке устойчивости; соотносить свои знания с заданием, которое нужно выполнить.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий; проявлять инициативу действия в учебном сотрудничестве. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	
65	**Контроль выполнения дистанции 1 км**	Принять контрольные нормативы на дистанции 1 км; учить спуску в стойке	Повторение изученных понятий	**Научатся** спуску в стойке устойчивости; соотносить свои знания с заданием,	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач;	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности.

		устойчивости.		которое нужно выполнить.	осуществлять анализ объектов; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; планировать ход работы; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; оценивать свою работу и ее результат. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, оказывать взаимопомощь.	Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения. Развитие умения регулировать свою деятельность. Адекватно воспринимать оценку учителя.
66	**Контроль выполнения техники скользящего шага.**	Оценить технику выполнения скользящего шага; учить движению руки за бедро в попеременном двухшажном ходе на разной скорости передвижения.	Скользящий шаг	**Научатся:** выполнять технику скользящего шага; соотносить свои знания с заданием, которое нужно выполнить.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного; перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса; осуществлять анализ объектов; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; ставитьцели,позволяющие решать учебные задачи;ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем, принимать и понимать алгоритм выполнения заданий; самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности. Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения. Развитие умения регулировать свою деятельность. Адекватно воспринимать оценку учителя.
67	**Контроль выполнения техники попеременного двухшажного хода.**	Оценить технику выполнения попеременного двухшажного хода; учить смене ног в стойке устойчивости во время спуска на склоне крутизной 10-12градусов.	Попеременный двухшажный ход, стойка устойчивости	**Научатся:** выполнять технику попеременного двухшажного хода; соотносить свои знания с заданием, которое нужно выполнить.		

					необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения; проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных опознавательных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.	
68	**Ознакомление с подвижными играми в зимний период.** Метание снежков в цель. Подвижная игра «Снайпер»	Формировать знания и представления о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени; обобщить знания и умения детей; укрепить их уверенность в своих спортивных способностях.	Подвижные игры, лыжи, коньки.	**Узнают** о разнообразии подвижных игр и развлечений в зимний период времени. **Научатся:** понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; проявлять инициативу действия в учебном сотрудничестве. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
69	**Подвижные игры.** Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень)	Формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями в гимнастическом зале; повторить подвижные игры, разученные учащимися ранее; учить подвижным играм на	Подвижные игры, мини-баскетбол	**Узнают** о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями в гимнастическом зале; **Повторят** подвижные игры, изученные ранее на уроках. **Научатся** подвижным	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения;	Развитие умения регулировать свою деятельность. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо) Игра в мини-баскетбол	основе баскетбола, повторить ловлю и передачу мяча в движении, ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо); учить игре в мини-баскетбол.		играм на основе баскетбола; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски); понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	разрешать спорные игровые ситуации.	
70	**Закаливание** организма. Совершенствование ловли и передачи мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Игра в мини-баскетбол	Формировать знания и представления о пользе закаливания организма; совершенствовать удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу; продолжить учить игре в мини-баскетбол; развивать координационные способности.	Закаливание, правила закаливания; повторение изученных понятий	**Узнают** о пользе закаливания организма **Научатся** подвижным играм на основе баскетбола; владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски); понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий;планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, оказывать взаимопомощь.	Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения. Развитие умения регулировать свою деятельность.
71	**Ведение мяча по прямой с остановками.** Ведение мяча между стойками. Эстафеты с мячами.	Формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника; развивать навыки ведения мяча по прямой с остановками, между стойками; совершенствовать двигательные умения и	Ведение мяча	**Узнают** о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника. **Научатся** вести мячпо прямой с остановками, между стойками; участвовать в эстафетах	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

		навыки учащихся во время участия в эстафетах.развивать координационные способности.				
72	**Совершенствование ведение мяча по прямой** с остановками и передача мяча другому. Игра в мини-баскетбол	Формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями, о необходимости владения элементарными правилами оказания первой помощи при травмировании; совершенствовать игру в мини-баскетбол; ведение мяча по прямой с остановками и передачу мяча; развивать координационные способности.	Ведение мяча, передача мяча, мини-баскетбол	**Узнают** о необходимости владения элементарными правилами оказания первой помощи при травмировании. **Научатся** выполнять ведение мяча по прямой с остановками, между стойками; играть в мини-баскетбол; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу. **Коммуникативные:** договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и следовать им.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи; положительная мотивация учебной деятельности.
73	**Совершенствование ведение мяча по прямой с остановками и передача мяча другому.** Игра в мини-баскетбол Игра «Гонка мячей по кругу»	Совершенствовать технику ведения мяча по прямой с остановками и передачу мяча другому; продолжать совершенствовать игру в мини-баскетбол; развивать координационные способности.	Ведение мяча, передача мяча, мини-баскетбол	**Научатся** вести мячпо прямой с остановками, передавать мяч другому; играть в мини-баскетбол; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** ставить цели, позволяющие решать учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.
74	**Подвижные игры на основе баскетбола.** Игра «Школа мяча», «Мяч в корзину» Игра в мини-баскетбол	Формировать знания и представления о влиянии упражнений с мячом на развитие основных физических качеств младшего школьника; совершенствовать	Повторение изученных понятий	**Научатся** подвижным играм на основе баскетбола; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за	**Познавательные:** самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. **Регулятивные:** ставить цели, позволяющие решать учебные задачи; принимать и понимать	Установка на здоровый образ жизни; личная ответственность за свои поступки.

		подвижные игры на основе баскетбола; учить подвижным играм «Школа мяча», «Мяч в корзину»; развивать координационные способности.		соблюдением правил игры.	алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
75	**Совершенствование подвижных игр на основе баскетбола.** Игра «Школа мяча», «Мяч в корзину»	Продолжать формировать знания и представления о правилах безопасности на занятиях физическими упражнениями; совершенствовать подвижные игры на основе баскетбола; развивать координационные способности.	Повторение изученных понятий.	**Научатся:** подвижным играм на основе баскетбола; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** определять общую цель и пути ее достижения, осуществлять взаимный контроль, оказывать взаимопомощь.	Положительная мотивация учебной деятельности; готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения.
76	Закрепление ловли и передачи мяча в движении. Броски в цель Игра «Мяч в корзину»	Повторить построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; совершенствовать умения в перебрасывании мячей; разучить пробегание под длинной вращающейся скакалкой; развивать координационные способности.	Повторение изученных понятий.	**Научатся:** выполнять построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; пробегать под длинной вращающейся скакалкой; бросать мяч в кольцо двумя руками от головы, одной рукой от плеча, вести мяч по кругу, передавать мяч двумя руками снизу, из-за головы, от груди, одной рукой от плеча; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; уметь оценивать правильность выполнения действия по заданным внешним и сформированным внутренним критериям. **Коммуникативные:** проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных о познавательных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Осознание ответственности человека, за общее благополучие, личной ответственности за свои поступки.
77-78	Совершенствование ведение мяча между	Формировать знания и представления о влиянии	Оздоровительная ходьба, повороты	**Узнают** о влиянии занятий оздоровительной	**Познавательные:** ориентироваться на	Развитие умения регулировать свою

	стойками, передача мяча на точность. Подвижная игра мини-баскетбол	занятий оздоровительной ходьбой на состояние здоровья человека; повторить повороты переступанием, прыжком, размыкание на ширину поднятых в стороны рук; совершенствовать ведение мяча между стойками, передачу мяча на точность; развивать координационные способности.	переступанием, прыжком	ходьбой на состояние здоровья человека. **Научатся:** выполнять повороты переступанием, прыжком, размыкание на ширину поднятых в стороны рук; выполнять ведение мяча между стойками, передачу мяча на точность	разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	деятельность. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
79	Совершенствование остановки мяча и удара на точность Подвижная игра «Мини-баскетбол»	Формировать знания и представления младших школьников о необходимости самоконтроля занятий физическими упражнениями; совершенствовать технику ведения мяча, остановку мяча в движении; совершенствовать технику удара на точность; развивать координационные способности.	Удар на точность, ведение мяча, остановка мяча	**Узнают** о необходимости самоконтроля занятий физическими упражнениями. **Научатся** выполнять остановку мяча и удары на точность.	**Познавательные:** уметь осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. **Регулятивные:** в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий.**Коммуникативные:** слушать и понимать речь других.	Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
80	Эстафеты с ведением мяча между стойками, передача мяча. Подвижная игра «Жмурки»	Формировать знания и представления об основных физических качествах человека (сила, быстрота (скорость), ловкость); совершенствовать технику ведения мяча между стойками, передачу мяча, участвуя в эстафетах; активизировать игровую деятельность учащихся посредством	Физические качества (сила, быстрота (скорость), ловкость). Ведение мяча, передача мяча	**Познакомятся** с основными физическими качествами человека. **Научатся** выполнять эстафеты с ведением мяча между стойками, передачу мяча; играть в подвижную игру «Жмурки»	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** составлять план и последовательность действий; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:**	Выражение устойчивой учебно-познавательной мотивации учения. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

		использования на уроке игровых упражнений, основанных на изученных уже движениях; развивать координационные способности.			координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
81	Техника ведения мяча в беге. Игра «Мяч соседу»	Формировать знания и представления о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека; познакомить с техникой ведения мяча в беге; развивать координационные способности.	Ведение мяча в беге	**Узнают** о влиянии занятий бегом на состояние здоровья человека **Научатся** выполнять технику ведения мяча в беге.	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач. **Регулятивные:** различать способ и результат действия; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.
82	Учет умения ведения мяча в шаге. Обучение броску мяча в пол и ловле после отскока от пола в парах. Игра «Кто дальше бросит»	Оценить умение ведение мяча в шаге; обучить броску мяча в пол и ловле после отскока от пола в парах.	Повторение изученных понятий. Бросок мяча в пол	**Научатся** выполнять бросок мяча в пол и ловить его после отскока от пола в парах; играть в игру «Кто дальше бросит»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации. **Коммуникативные:** задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. Самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности.
83	Эстафеты с ведением и передачей мяча. Строевые упражнения и перестроения.	Повторить выполнение строевых упражнений и перестроений, изученных ранее; совершенствовать ведение и передачу мяча,	Повторение изученных понятий.	**Научатся** владеть мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр;	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:**	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие умения регулировать свою

	Игра «Совушка»	участвуя в эстафетах; активизировать игровую деятельность учащихся посредством использования на уроке игровых упражнений, основанных на изученных уже движениях.		участвовать в эстафетах с ведением мяча; выполнять строевые упражнения и перестроения.	составлять план и последовательность действий; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** участвовать в диалоге на уроке; обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве; взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	деятельность.
84-85	Легкая атлетика. Инструктаж по ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам бег с ускорением (30 м). Челночный бег. Игра «Вызов номера»	Продолжить формировать знания и представления о легкой атлетике; повторить инструктаж по технике безопасности; изучить и совершенствовать технику низкого старта; повторить технику выполнения челночного бега; развивать скоростные и координационные способности	Легкая атлетика, техника безопасности, челночный бег	**Научатся** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью;	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.	Положительная мотивация учебной деятельности; готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения.
86-87	ОРУ. Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м) Челночный бег. Игра «Команда быстроногих»	Формировать знания и представления о физических качествах человека; совершенствовать двигательные умения и навыки учащихся в преодолении полосы препятствий; совершенствовать технику	Физические качества (выносливость), полоса препятствий.	**Узнают** о физических качествах человека (выносливость) **Научатся** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью; выполнять упражнения в преодолении полосы	**Познавательные:** уметь осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков **Регулятивные:** понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для эффективного решения	Готовность следовать нормам здоровьесберегающе-го поведения, адекватное восприятие предложений учителя.

		передачи и ловли мяча развивать скоростные и координационные способности		препятствий; выполнять бег с ускорением; играть в игру «Команда быстроногих»; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры	разнообразных коммуникативных задач.	
88	ОРУ. Прыжки с поворотом на 180 градусов. Прыжок с места. Челночный бег. Эстафеты. Игра «Волк во рву»	Формировать знания и представления о разнообразии общеразвивающих упражнений; продолжать формировать знания и представления о влиянии занятий подвижными играми и физическими упражнениями на телосложение человека; совершенствовать технику выполнения прыжка на 180 градусов; технику выполнения челночного бега; развивать скоростные и координационные способности	Челночный бег, прыжок с места, прыжок с поворотом	**Научатся:** правильно выполнять основные движения в прыжках; выполнять челночный бег; играть в игру «Волк во рву»; участвовать в эстафетах; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного. **Регулятивные:** понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
89	ОРУ. Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Челночный бег. Эстафеты. Игра «Удочка»	Совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов; технику выполнения прыжка в высоту с разбега; челночного бега; развивать скоростные и координационные способности	Челночный бег, прыжок в длину, прыжок в высоту	**Научатся** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги; выполнять челночный бег; играть в игру «Удочка»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач, контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. **Регулятивные:** проговаривать последовательность действий на уроке; учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства.	

90	ОРУ. Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Челночный бег. Эстафеты. Игра «Резиночка»	Совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с разбега в 3-5 шагов; технику выполнения прыжка в высоту с разбега; челночного бега; развивать скоростные и координационные способности	Челночный бег, прыжок в длину, прыжок в высоту	**Научатся** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги; выполнять челночный бег; играть в игру «Резиночка»; понимать правила игры; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. **Коммуникативные:** задавать вопросы; использовать речь для регуляции своего действия; разрешать спорные игровые ситуации.	Установка на здоровый образ жизни, личная ответственность за свои поступки.
91-92	ОРУ Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2х2 м) с расстояния 4-5 метров Эстафеты Игра «Кто дальше бросит»	Формировать знания и представления о разнообразии общеразвивающих упражнений; совершенствовать технику выполнения метания в цель; зафиксировать внимание детей на правильном исходном положении; развивать скоростно-силовые способности.	Горизонтальная мишень, метание	**Научатся** правильно выполнять основные движения в метании; метать малый мяч с расстояния 4-5 метров; соблюдать технику безопасности во время метания; участвовать в эстафетах и играх; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** уметь осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. **Регулятивные:** понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу. **Коммуникативные:** участвовать в диалоге; понимать и различать позиции других людей, отличные от собственной и ориентироваться на позицию партнера в общении.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Выражение устойчивой учебно-познавательной мотивации учения.
93	ОРУ. Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. Эстафеты.	Совершенствовать технику выполнения метания в цель; зафиксировать внимание детей на правильном исходном положении; развивать скоростно-силовые способности.	Метание, малый мяч, набивной мяч	**Научатся** правильно выполнять основные движения в метании; метать малый мяч на дальность отскока от пола и стены; метать набивной мяч; участвовать в эстафетах; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** самостоятельно оцениватьправильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

				игры.	**Коммуникативные:** договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	
94	ОРУ. Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 50м, ходьба - 100м) Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний»	Обучать равномерному бегу, умению чередовать ходьбу с бегом; учить преодолению полосы малых препятствий и самостроховке при выполнении упражнений; развивать выносливость	Равномерный бег, малые препятствия	**Научатся** бегать в равномерном темпе, чередовать ходьбу с бегом; уверенно преодолевать полосу малых препятствий; выполнять самостроховку при выполнении упражнений; играть в игру «Третий лишний»; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** вносить необходимые дополнения и изменения в план и способ действия. **Регулятивные:** проявлять инициативу действия в учебном сотрудничестве. **Коммуникативные:** договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и следовать им.	Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой частной задачи. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
95	ОРУ. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 50м, ходьба - 100м) Преодоление малых препятствий. Игра «Третий лишний»	Продолжать обучать равномерному бегу, умению чередовать ходьбу с бегом; учить преодолению полосы малых препятствий и самостроховке при выполнении упражнений; развивать выносливость	Равномерный бег, малые препятствия	**Научатся** бегать в равномерном темпе, чередовать ходьбу с бегом; уверенно преодолевать полосу малых препятствий; выполнять самостроховку при выполнении упражнений; играть в игру «Третий лишний»; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** произвольно и осознанно владеть общим приемом решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие умения регулировать свою деятельность.

96-97	ОРУ. Равномерный бег (5-6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 50м, ходьба - 100м) Преодоление малых препятствий. Игра «Пятнашки»	Совершенствовать технику выполнения равномерного бега, продолжить обучать умению чередовать ходьбу с бегом; учить преодолению полосы малых препятствий и самостроховке при выполнении упражнений; развивать выносливость	Равномерный бег, малые препятствия	**Научатся** бегать в равномерном темпе, чередовать ходьбу с бегом; уверенно преодолевать полосу малых препятствий; выполнять самостроховку при выполнении упражнений; играть в игру «Пятнашки»; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** использовать общие приемы решения задач. **Регулятивные:** осуществлять контроль по результату и способу действия. **Коммуникативные:** адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.
98-99	ОРУ. Равномерный бег (7 -8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег -60м, ходьба 90м) Преодоление малых препятствий. Игра «Два мороза»	Совершенствовать технику выполнения равномерного бега, продолжить обучать умению чередовать ходьбу с бегом; учить преодолению полосы малых препятствий и самостроховке при выполнении упражнений; развивать выносливость	Равномерный бег, малые препятствия	**Научатся** бегать в равномерном темпе, чередовать ходьбу с бегом; уверенно преодолевать полосу малых препятствий; выполнять самостроховку при выполнении упражнений; играть в игру «Два мороза»; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; принимать и понимать алгоритм выполнения заданий. **Коммуникативные:** координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	
100	ОРУ. Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег – 70м, ходьба -80м) Преодоление малых препятствий. Игра «Вызов номеров»	Продолжать совершенствовать технику выполнения равномерного бега, умение чередовать ходьбу с бегом; учить преодолению полосы малых препятствий и самостроховке при выполнении упражнений; развивать выносливость	Равномерный бег, малые препятствия	**Научатся** бегать в равномерном темпе, чередовать ходьбу с бегом; уверенно преодолевать полосу малых препятствий; выполнять самостроховку при выполнении упражнений; играть в игру «Вызов номеров»; применять правила	**Познавательные:** выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. **Регулятивные:** понимать, принимать и сохранять учебную задачу; уметь оценивать правильность выполнения действия по заданным внешним и сформированным внутренним	Установка на здоровый образ жизни, личная ответственность за свои поступки.

				безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	критериям. **Коммуникативные:** проявлять активностьво взаимодействии для решения коммуникативных о познавательных задач; ставить вопросы, обращаться за помощью, предлагать помощь в сотрудничестве.	
101	Урок-игра «Сильные, смелые, умелые!»	Формировать знания и представления детей о разнообразии подвижных игр и физических упражнений для проведения в летний период; активизировать игровую деятельность учащихся посредством использования на уроке игровых упражнений, основанных на изученных уже движениях; развивать координационные и скоростно- силовые способности.	Повторение изученных понятий.	**Научатся** участвовать в эстафетах; применять правила безопасности при игровых ситуациях; наблюдать за соблюдением правил игры.	**Познавательные:** ориентироваться на разнообразие способов решения задач. **Регулятивные:** планировать свои действия в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации. **Коммуникативные:** взаимодействовать с партнером и командой; формулировать высказывания своего мнения; разрешать спорные игровые ситуации.	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. Установка на здоровый образ жизни, личная ответственность за свои поступки.
102	Здравствуй, лето! Итоговый урок Подвижные игры	Формировать знания и представления о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках и водоемах в летнее время в период каникул, об особенностях двигательного режима младшего школьника на каникулах; повторить подвижные игры, разученные учащимися ранее.	Повторение изученных понятий. Правила безопасности и поведения, двигательный режим	**Узнают** о правилах безопасности и поведения при занятиях физическими упражнениями во дворе, на площадках и водоемах в летнее время в период каникул, об особенностях двигательного режима младшего школьника на каникулах. **Повторят** подвижные игры, разученные ранее. **Научатся** понимать правила игры, применять правила безопасности при игровых ситуациях;	**Познавательные:** уметь осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков. **Регулятивные:** понимать смысл инструкции учителя и принимать учебную задачу. **Коммуникативные:** участвовать в диалоге; понимать и различать позиции других людей, отличные от собственной и ориентироваться на позицию партнера в общении.	Целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

				наблюдать за соблюдением правил игры.		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс (3 ч/нед)

№ п/п	Тема урока(страницы учебника, тетради)	Количество часов	Решаемые проблемы(цели)	Планируемые результаты (в соответствие с ФГОС)				Дата	
				понятия	Предметные результаты	Универсальные действия (УУД)	Личностные результаты	По плану	По факту
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
1.	**Правила техники безопасности** на уроках физической культуры. Содержание комплекса утренней зарядки. Подвижная игра «Салки-догонялки»		Как вести себя на уроках? **Цели:** напомнить правила поведения на уроках; учить слушать и выполнять команды	правила поведения на уроках	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:*** планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего	проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу		

					УГГ	действия.			
2.	**Совершенствование строевых упражнений**, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Подвижная игра «Ловишка»		Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма? **Цели:** развивать умение выполнять команды, выносливость в беге; учить правильной технике прыжков в длину с места	строй, шеренга, колонна***Уметь :*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно выполнять движения при ходьбе и беге.	Научатся: - самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться		
3.	**Развитие координации движений** и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Игра «Салки с домом»		Где и как выполняется построение в начале урока? **Цели:** закрепить навык построения в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег на 30 м	построения в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег с максимальной скоростью на 30м	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы;- разминаться, применяя специальные беговые упражнения	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата		

4.	**Нормативы ГТО. Прыжок с места** Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 х 1 0 м. Разучивание игры «Ловишка с лентой»		Что такое челночный бег? Коррек-тировка техники бега. Каковы орга-низационные приемы прыжков? **Цели:** учить пра-вильной технике бега	челночный бег	Научатся: - выполнять легкоатлетич еские упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осу ществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительны е качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
5.	**Развитие внимания** Объяснение понятия «пульсометрия ». Развитие силы и лов-кости в прыж-ках вверх и в длину с места. Норматив ГТО: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Удочка»		Как прыгать вверх на опору? **Цели:** учить выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления	«пульсометрия ». ***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - выполнять легкоатлети-ческие упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; - соблюдать правила взаи-модействия с игроками	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

6.	**Обучение метанию на дальность** с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»		Правила выполнения метания малого мяча (мешочка) на дальность с трех шагов разбега. **Цели:** учить правильной технике метания предмета	правильная техника метания предмета	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
7.	**Норматив ГТО:** Контроль за развитием двигательных качеств метание малого мяча на дальность. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом противника»		Правила метания малого мяча. **Цели:** совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
8.	**Обучение броскам и ловле набивного**		Разновидности трудовой деятельности человека.	правильно выполнять основные	Научатся: - характериз	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют	проявляют дисциплинированность,		

	мяча в парах Объяснение взаимосвязи физических упражнений с трудовой деятельностью человека.		**Цели:** учить выполнять броски и ловлю набивного мяча; взаимодействовать с партнером	движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	овать роль и значение уроков физической культуры для укрепления здоровья; - соблюдать правила взаимодействия с партнером	познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
9.	**Обучение метанию набивного мяча от плеча одной рукой**. Развитие выносливости, координации движений в беге с изменением частоты шагов. И фа «Два Мороза»		Метание набивного мяча одной рукой от плеча. **Цели:** развивать силу, координационные способности при метании мяча от плеча одной рукой	правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Научатся: - выполнять бег с изменением частоты шагов, с различным ритмом и темпом; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
10.	**Развитие выносливости** в беге в медленном темпе в		Как распределять силы на дистанции? **Цели:** развивать	***Уметь:*** правильно выполнять основные	Научатся: - равномерно распределять	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач.	понимают значение знаний для человека и		

	течение 5 минут. Разучивание беговых упражнений в эстафете		выносливость и силу при выполнении медленного бега	движения при ходьбе и беге, бегать в равномерном беге (5 минг)	свои силы для завершения пятиминутного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
11.	**Обучение специальным беговым упражнениям.** Развитие силы, скорости в беге на дистанцию 30 м. Разучивание игры «Третий лишний»		Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. **Цели:** развивать внимание, скорость, координацию при выполнении беговых упражнений со сменой темпа	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью ***(до 30 м)***	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в беге на различные дистанции; - организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
12.	**Контроль за развитием двигательных качеств**: бег на 30 м с высокого старта.		Как правильно стартовать и финишировать в беге? **Цели:** развивать координационные способности, силу,	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с	Научатся: - соблюдать правила поведения и преду-преждения	***Познавательные:*** самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают		

	Развитие координационных качеств посредством игр. Подвижная игра «Третий лишний»		скорость при выполнении беговых упражнений	максимальной скоростью ***(до 30 м)***	травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями	***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности		
13.	**Обучение разбегу** в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега		Прыжок в длину с разбега. **Цели:** развивать скоростно-силовые качества мышц ног в прыжках с разбега	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	***Личностные:*** проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
14.	**Совершенствование прыжка в длину** с прямого разбега способом «согнув ноги». Игра со скакалкой «Пробеги с прыжком»		Как правильно отталкиваться при выполнении прыжка в длину с разбега? **Цели:** учить отталкиванию без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - отталкиваться без заступа при выполнении прыжка в длину с разбега; - выполнять безопасное	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		

					приземление				
15.	**Развитие ловкости** в игре со скакалкой «Пробеги с прыжком»Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги».		Скоростные и силовые качества. **Цели:** развивать скоростно-силовые качества в прыжках в длину с разбега и со скакалкой	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
16.	**Развитие координационных способностей** посредством общеразвивающих упражнений**.**Правила безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах.		Правила безопасности в спортивном зале. **Цели:** развивать координационные способности в общеразвивающих упражнениях с гимнастическими палками	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий; - выполнять упражнения с гимнастическими палка-	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		

	Разучивание игры «Догонялки на марше»				ми на месте и в продвиже-нии				
17.	**Развитие внимания** и коор-динационных способностей в перестроениях в движении. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной игры«Волна»		Развивать ориентировку в пространстве в перестроениях в движении. Цели: закрепить навык выполнения подъема туловища на время	**Уметь:** правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях;	Научатся: - правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях; - соблюдать правила взаи-модействия с игроками	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
18.	**Развитие силы и гибкости,** координацион-ных способно-стей в упражнении «вис на гимнастическо й стенке на время». Разучивание		Какими способами развивают координационные способности? Цели: учить выполнять упражнение «вис на гимнастической стенке на время»	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе	Научатся: -творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	***Познавательные:*** самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. ***Регулятивные:*** формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю		

	игры «Догонялки на марше»					деятельности.	позицию школьника		
19.	**Развитие гибкости,** ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Уверты-вайся от мяча»		Как технически правильно выполнять перекаты? Цели:закрепить навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - технически правильно выполнять перекаты в группировке; - организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
20.	**Развитие скоростных качеств,** ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки Совершенствование выполнения кувырка вперед.		Как правильно выполнять кувырок вперед? Цели: развивать координационные способности, учить контролировать физическое состояние при выполнении упражнений круговой тренировки	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		

21.	**Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках».** Подвижная игра «Посадка картофеля»		Правила безопасного поведения на уроках гимнастики. Цели: учить выполнять упражнения со страховкой	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - технически правильно выполнять «стойку на лопатках»; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
22.	**Совершенствование выполнения упражнения «мост».** Обучение упражнениям акробатики в различных сочетаниях. Развитие ориентировки в пространстве в построениях и пе-		Каковаэтапность при выполнении упражнения «мост»? Цели: закрепить навык выполнения упражнений поточным методом; учить правильно размыкаться в шеренге на вытянутые руки по кругу	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы. ***Регулятивные:*** используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		

	рестроениях								
23.	**Контроль за развитием двигательных качеств** норматив ГТО: наклон вперед из положения стоя. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством упражнений круговой тренировки		Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений круговой тренировки	Правила выполнения наклона вперед из положения стоя.	Правила выполнения наклона вперед из положения стоя. Цели: учить выполнять упражнения круговой тренировки разной функциональной направленности	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстника ми и взрослыми		
24.	**Развитие координации в ходьбе** противоходом и «змейкой». Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку. Игра на внимание		Как развивать лов кость и координацию движений? **Цели:** учить перемещаться по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку		Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками		

	«Класс, смирно!»					совместной деятельности.	и взрослыми		
25.	**Совершенствование координации в ходьбе** противоходом и «змейкой». Игра на внимание «Класс, смирно!»		Как развивать лов кость и координацию движений? **Цели:** учить перемещаться по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку		Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
26.	**Игра в футбол** Контроль двигательных качеств норматив ГТО: подтягивания на низкой перекладине из виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики).		Как развивать силу? **Цели:**закрепить навык правильного выполнения прямого хвата при подтягивании	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнять упражнения для развития силы и ловкости	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		

						позицию партнера в общении и взаимодействии.			
27.	**Игра в пионербол** Подвижная игра «Конники-спортсмены»		Как развивать силу? **Цели:**закрепить навык правильного выполнения прямого хвата при подтягивании	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - выполнять упражнения для развития силы и ловкости	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
28.	**Совершенствование выполнения упражнений в равновесиях и упорах.** Разучивание игры «Прокати быстрее мяч»		Развитие равновесия. **Цели:** закрепить навык выполнения упражнений в равновесиях и упорах, учить выполнять упражнения подвижных игр разной функциональной	***Уметь:*** выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(низкое бревно, гимнастическая скамейка);	Научатся: - выполнять упражнения в равновесии на ограниченной опоре(низкое бревно, гимнастическая скамейка); организовывать и проводить	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

			направленности		подвижные игры				
29.	**Обучение положению ног углом в висе** на перекладине и гимнастической стенке. Разучивание игры «Что изменилось?»		Каковаэтапность при выполнении виса на перекладине и гимнастической стенке? **Цели:** учить правильному выполнению упражнений на укрепление брюшного пресса	***Уметь:*** правильно выполнять упражнения на укрепление брюшного пресса	Научатся: -технически правильно выполнять поднимание ног углом в висе на перекладине; - соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
30.	**Совершенствование кувырков вперед** Ознакомление с видами физических упражнений		Как составить комплекс упражнений для физкультминуток? **Цели:** учить понимать принципы построения физ-	***Уметь*** - самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультминутки;	Научатся: - самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультми-	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться: раскрывают		

	(подводящие, обще-развивающие, соревновательные).		культминуток; развивать координацию в кувырках вперед	технике движения рук и ног в кувырках	нутки; - технике движения рук и ног в кувырках	***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	внутреннюю позицию школьника		
31.	**Развитие гибкости и ловкости в упражнениях** на гимнастических снарядах. Развитие внимания, ловкости и координации в эстафете «Веревочка под ногами». Совершенствование кувырка вперед		Как развивать гибкость тела? **Цели:** учить выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях и сочетаниях	***Уметь:*** выполнять упражнения на растяжку мышц в разных положениях и сочетаниях	Научатся: Текущий - самостоятельно подбирать упражнения для развития гибкости; - соблюдать правила поведения во время занятий физкультурой	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
32.	**Совершенствование строевых упражнений.** Обучение		Какие существуют строевые команды? Правила безопасного поведения в разминке с гим-	Виды строевой команды? Правила безопасного поведения в	Научатся: - оценивать дистанцию и интервал в	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		

	упражнениям с гимнастическими палками и со скакалкой Развитие координационных способностей в эстафетах с гимнастическими палками. Подвижная игра «Удочка»		настическими палками. **Цели:** учить выполнять упражнения по команде; развивать координационные способности в играх и эстафетах	разминке с гимнастическими палками.	строю; выполнять упражнения с гимнастическими палками; - пробегать через вращающуюся скакалку	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
33.	**Развитие внимания,** скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр Совершенствование упражнений акробатики		Правила безопасного поведения в подвижных играх. **Цели:** учить выполнять упражнения акробатики в комбинации из двух-трех упражнений	***Уметь:*** выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - контролировать свои действия в игре	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
34.	**Правила выполнения упражнений с мячом.** Обучение обще-		Постановка рук и ног при выполнении броска и ловли мяча разными способами. **Цели:** совершен-	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение,***	Научатся: - грамотно использовать технику метания мяча	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении		

	развивающим упражнениям с мячом. Совершенствование техники прыжков и бега в игре «Вышибалы»		ствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физкультурой	оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
35.	**Совершенствование бросков и ловли мяча в паре.** Разучивание игры «Мяч соседу»		Как выполнять броски и ловлю мяча с партнером разными способами? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом в паре	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
36.	**Совершенствование бросков и ловли мяча**		Как выполнять броски и ловлю мяча с партнером	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать,***	Научатся: - технически	***Познавательные:*** используют общие приемы решения	понимают значение знаний для		

	в паре.		разными способами? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом в паре	***передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	правильно выполнять броски и ловлю мяча различными способами; - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
37.	**Обучение различным способам выполнения бросков мяча** одной рукой. Подвижная игра «Мяч среднему»		Способы бросков мяча одной рукой. **Цели:** совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска мяча одной рукой	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг)	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

38.	**Совершенствование бросков бросков одной рукой.** Подвижная игра «Мяч среднему»		Способы бросков мяча одной рукой. **Цели:** совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении броска мяча одной рукой	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - точно бросать мяч одной рукой и попадать в цель (круг)	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
39.	**Совершенствование упражнений с мячом.** Развитие внимания, координационных способностей в упражнениях с мячом у стены. Подвижная игра «Охотники и утки»		Как выполнять броски мяча в стену в движении? **Цели:** учить выполнять броски мяча в стену в продвижении вдоль стены с ловлей отскочившего от стены мяча	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - грамотно использовать технику броска и ловли мяча при выполнении упражнений; - соблюдать правила поведения и предупреждения	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		

					травматизма во время занятий физкультурой				
40.	**Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты ведения мяча в движении.** Совершенствование броска и ловли мяча. Подвижная и фа «Мяч из круга»		Как совершенствовать технику ведения мяча? **Цели:** закреплять навык ведения мяча на месте и в продвижении	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять ведение мяча различными способами	***Познавательные:*** ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему реше-нию в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника		
41.	**Совершенствование бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения.** Подвижнаяифа «Бросок мяча в колонне»		Какие бывают способы выполнения бросков мяча в корзину? **Цели:**закреплять навык выполнения бросков мяча в кольцо способом «сверху» после ведения	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; -точно бросать мяч	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в конфоле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят	проявляют дисциплинированность, фудо-любие и упорство в достижении поставленных целей		

					одной рукой и попадать в кольцо	вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
42.	**Обучение упражнениям с баскетбольным мячом в парах**. Подвижная игра «Гонки мячей в колоннах»		Как выполнять бросок мяча в корзину после ведения и остановки в два шага? **Цели:** учить технике выполнения бросков мяча в кольцо после ведения и приема мяча от партнера	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча в кольцо разными способами; - организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, осуществляют самоанализ и самоконтроль результата		
43.	**Совершенствование бросков набивного мяча** на дальность разными способами. Подвижная игра «Вышибалы		Каким способом выполнять бросок набивного мяча на дальность? **Цели:** закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-	Научатся: - технически правильно выполнять броски набивного мяча; - соблюдать правила взаи-	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. ***Коммуникативные:*** допускают	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	двумя мячами»			баскетбол	модействия с игроками	возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
44.	**Ведение мяча**		Каковаэтапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? **Цели:**закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
45.	**Ведение мяча**		Каковаэтапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? **Цели:**закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных	Научатся: - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набив-	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				игр; играть в мини-баскетбол	ного мяча из-за головы	способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
46.	**Броски набивного мяча из-за головы.** Обучение игре «Вышибалы двумя мячами»		Каковаэтапность выполнения бросков набивного мяча из-за головы? **Цели:**закреплять навык выполнения бросков набивного мяча разными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - самостоятельно подбирать подводящие упражнения для выполнения броска набивного мяча из-за головы	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
47.	**Совершенствование ведения мяча и броска набивного мяча** в корзину. Разучивание		Как определить расстояние до баскетбольного щита для остановки в два шага после ведения и последующего броска	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в	Научатся: - самостоятельно определять расстояние до	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

	новых эстафет с ведением мяча и броском в корзину		мяча? **Цели:** закрепить навык броска мяча в корзину после ведения и остановки в два шага	процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	баскетбольного щита для остановки в два шага с последующим броском	***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми		
48.	**Броски мяча в корзину** Обучение ведению мяча с изменением направления. Развитие координационных способностей в эстафетах с ведением мяча		Какие действия предпринять при обводке противника? **Цели:** учить ведению мяча с изменением направления с обводкой партнера и в эстафетах	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять ведение мяча с изменением направления зигзагом и вокруг стоек в эстафетах	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
49.	**Совершенствование бросков мяча в корзину.** Обучение поворотам с мячом на месте и передача мяча партнеру. Разучивание		Правила взаимодействия в игре с элементами баскетбола. Цели: учить ведению мяча, остановке в два шага, поворотам с мячом на месте и последующей передаче	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с элементами баскетбола; - соблюдать правила взаимодействия с	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач.правильно выполнять упражнения с элементами баскетбола; - соблюдать правила взаимодействия ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	игры «Попади в кольцо»		мяча партнеру	мини-баскетбол	игроками	ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
50.	**Броски мяча на дальность** Разучивание игры «Гонка баскетбольных мячей»		Способы ведения мяча. Цели: закреплять навык ведения мяча с изменением направления	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
51.	**Совершенствование броска мяча на дальность**. Разучивание новых эстафет с ведением и передачей		Разновидности спортивных игр с мячом. Цели: учить различать правила спортивных игр с мячом: футбола, волейбола, баскет-	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных	Научатся: - давать характеристику, объяснять правила спортивных	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		

	мяча		бола; закреплять навыки «ведения мяча с последующей передачей партнеру	игр; играть в мини-баскетбол	игр с мячом; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
52.	**Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки**. **Совершенствование скользящего шага** Обучение движению на лыжах по дистанции I км с переменной скоростью. Разучивание игры «Проехать		Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. **Цели:** учить выполнять команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», «Лыжи снять!», «Очистить от снега!», «Лыжи скрепить!»	***Уметь:*** правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Научатся: -технически правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	через ворота»								
53.	**Обучение технике спусков и подъемов** на склоне в низкой стойке без палок. Норматив ГТО: прохождение дистанции 1 км с раздельным стартом на время		Как правильно стартовать на лыжах? **Цели:** развивать выносливость и скоростно-силовые качества в ходьбе на лыжах	***Уметь:*** правильно выполнять движение на лыжах; прохождение дистанции 1 км с раздельным стартом на время, выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Научатся: - равномерно распределять свои силы в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км; - выполнять обгон на дистанции	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
54.	**Обучение поворотам и приставным шагам при** прохождении дистанции. Совершенствование спуска в основной стойке с торможением палками		Как пройти на лыжах дистанцию без потери времени? **Цели:** развивать координационные способности при поворотах и спусках на лыжах	***Уметь:*** правильно выполнять движение на лыжах; прохождение дистанции с раздельным стартом на время, выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Научатся: - выполнять шаги на лыжах различными способами при прохождении дистанции; - выполнять спуск и подъем на лыжах с палками	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учител^. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

55.	**Разучивание различных видов торможения** и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. Подвижная игра«Кто дольше прокатится»		Как провести разминку перед прохождением дистанции на лыжах? **Цели:** корректировка техники торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без	***Уметь:*** корректировать технику торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без	Научатся: - корректировать технику торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о рас пределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
56.	**Совершенствование техники лыжных ходов**. Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах		Порядок действий при обгоне на лыжах. **Цели:** учить чередованию шагов на лыжах; развивать скоростно-силовые качества	***Уметь:*** выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции	Научатся: - выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
57.	**Обучение поворотам на**		Как избежать столкновений при	***Уметь:*** технически	Научатся:	***Познавательные:*** используют общие приемы решения	проявляют дисциплиниро		

	лыжах «упором». Совершенствование подъема на лыжах. Разучивание игры «Подними предмет»		спуске с горки на лыжах? **Цели:** учить поворотам «упором». Развитие координационных способностей при спуске	правильно выполнять на лыжах повороты «упором»	- технически правильно выполнять на лыжах повороты «упором»	поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
58.	**Совершенствование поворотов на лыжах на месте** переступанием вокруг носков и пяток, поворотов «упором». Обучение падению на лыжах на бок под уклон на месте и в движении. Разучивание игры «Затормози до линии		В каких случаях применяется торможение падением? **Цели:** развивать координационные способности при ходьбе на лыжах	***Уметь:*** правильно выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами; выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами;- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

59.	**Совершенствование передвижения на лыжах** с палками с чередованием шагов и хода во время прохождения дистанции 1000 м с раздельного старта на время. Разучивание игры «Охотники и олени»		Как распределять силы в движении на лыжах на большие дистанции? **Цели:** учить выполнять движение на лыжах по дистанции 1 ООО м на время; закреплять навык передвижения на лыжах различными способами	***Уметь:*** выполнять движение на лыжах по дистанции с чередованием шагов и хода	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с чередованием шагов и хода	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
60.	**Развитие выносливости в ходьбе на лыжах** по дистанции1500 м и выполнении подъема Ознакомление с понятием «физическая нагрузка» и ее влияние на частоту сердечных сокращений.		Какие бывают способы подъема на склон? **Цели:** закреплять навык передвижения на лыжах при выполнении подъема	***Уметь***: - технически правильно выполнять на лыжах подъемы и спуски при прохождении дистанции	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах подъемы и спуски при прохождении дистанции	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

61.	**Развитие внимания, двигательных и координационных качеств** посредством подвижных игр на лыжах и без лыж		Как самостоятельно проводить занятия по лыжной подготовке? **Цели:** развивать внимание, ловкость, координацию при выполнении игровых упражнений на лыжах	***Уметь:*** правильно выполнять движение на лыжах; выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
62.	**Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале.** История спорта и физической культуры через историю семьи. Совершенствование передачи мяча в парах.		Как избежать травмы на уроке физкультуры? Какими видами спорта занимались родители и бабушки с дедушками? **Цели:** закреплять навык выполнения бросков и ловли волейбольного мяча разными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражне-	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Узнают о разнообразии видов спорта.***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		

	Подвижная игра «Охотники и утки»				ниями с мячом - подготовят рассказ о видах спорта , которыми занимаются в семье.	распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
63.	**Совершенствование бросков мяча через сетку** и ловли высоко летящего мяча. Игра «Перекинь мяч»		Каким способом легче перекинуть мяч через сетку? **Цели:** закреплять выполнение бросков мяча через сетку, ловлю высоко летящего мяча	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: -технически правильно выполнять броски мяча через сетку;- организовывать и проводить подвижные игры	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
64.	**Обучение броскам мяча через сетку** из зоны подачи Разучивание игры «Выстрел в небо»		Правила игры в пионербол. **Цели:** учить броскам мяча через сетку	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку из зоны подачи	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				игр; играть в мини-баскетбол		итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
65.	**Обучение подаче мяча двумя руками** из-за головы из зоны подачи. Игра в пионербол		Что означает команда «переход»? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять подачу мяча через сетку двумя руками из-за головы; - перемещаться по площадке по команде «переход»	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
66.	**Обучение подаче мяча через сетку броском** одной рукой из зоны подачи. Игра в пионербол		Как ведется счет в пионерболе? **Цели:** совершенствовать координационные способности.глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в	Научатся: - технически правильно выполнять броски мяча через сетку;- организовывать и проводить подвиж-	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

				мини-баскетбол	ные игры	итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
67.	**Совершенствование ловли высоко летящего мяча**. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол		Сколько передач выполняется в своей зоне? **Цели:** учить распределять роли игроков в командной игре	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
68.	**Совершенствование бросков и ловли мяча** через сетку. Развитие внимания и ловкости в передаче и подаче мяча в игре в пио-		Сколько шагов можно сделать с мячом в руках в игре в пионербол? **Цели:** развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражне-	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - выполнять	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	нербол		ний с мячом	мини-баскетбол	упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников	воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
69.	**Правила безопасного поведения на уроках с элементами футбола.** Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой линии и по дуге		Для чего устанавливаются правила игры? **Цели:**закреплять навык ведения мяча внутренней и внешней частью подъема ноги	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в футбол	Научатся: - технически правильно выполнять ведение мяча ногами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
70.	**Совершенствование ведения мяча разными способами** с остановками по сигналу. Подвижная игра «Гонка		Распределение ролей игроков в командной игре. **Цели:** закреплять навык ведения мяча ногами различными способами	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных	Научатся: - добиваться достижения конечного результата; - организовывать и	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных		

	мячей»			игр; играть в мини-баскетбол	проводить подвижные игры	характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	ситуациях		
71.	**Совершенствование ведения мяча внутренней и внешней частью** подъема ноги между стойками. Разучивание игры «Слалом с мячом»		Правила безопасного поведения при игре в футбол. **Цели:** развивать координационные способности ведением мяча ногой между стойками	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения с мячом с элементами футбола; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
72.	**Совершенствование остановки катящегося мяча внутренней**		За что назначается штрафной удар (пенальти)в игре в футбол? **Цели:** совершенствовать	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в	Научатся: - творчески подходить к выполнению упражнений с мячом и	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

	частью стопы. Разучивание игры «Футбольный бильярд»		навык взаимодействия с партнером в упражнениях с мячом	процессе подвижных игр; играть в мини- футбол	добиваться достижения конечного результата	ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	целей		
73.	**Обучение передаче и приему мяча ногой в паре на** месте и в движении. Разучивание игры «Жонглируем ногой»		Как выполнять жонглирование мячом? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини - футбол	Научатся: - технически правильно выполнять жонг-лирование ногой; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в дей-ствие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
74.	**Совершенствование броска** малого мяча в горизонталь-ную цель. Игра в мини-футбол		Как попасть в цель? **Цели:** развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини - футбол	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в броске мяча в цель	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

						воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
75.	**Контроль за развитием двигательных качеств: бросок малого** мяча в горизонталь-ную цель. Игра в мини-футбол		Броски мяча в го-ризонтальную цель. **Цели:** совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при вы-полнении упраж-нений с мячом	***Уметь:*** владеть мячом ***(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)*** в процессе подвижных игр; играть в мини-футбол	Научатся: - технически правильно выполнять броски малого мяча в горизонталь-ную цель	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
76.	**Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическ ом бревне.** Совер-шенствование кувырков впе-ред и назад.		Правила безопас-ного выполнения упражнений на гимнастических снарядах. **Цели:** учить упражнениям на гимнастическом бревне; развивать внимание,	***Уметь:*** лазать по гимнастическо й стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации	***Познавательные:*** используют общие приемы решении поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	Подвижная игра «Ноги на весу»		ловкость, координацию			воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
77.	**Обучение ходьбе по гимнастическому бревну** высотой 80-100 см на носках, приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры Подвижная игра «Заморозки»		Как правильно перемещаться по бревну? **Цели:** учить ходить по гимнастическому бревну; закреплять навык выполнения различных стоек	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять ходьбу по гимнастическому бревну различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
78.	**Развитие внимания, мышления,** координационных качеств в упражнениях с гимнастическими палками.		Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическими палками. **Цели**: закреплять навык выполнения	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять упражнения для развития координации движений в различных	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическими палками		общеразвивающих упражнений в группе		ситуациях	действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
79.	**Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см:** повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком. Совершенствование упражнений акробатики. Игра с мячами «Передал - садись»		Как выполнять повороты на бревне? Цели: учить выполнять повороты на гимнастическом бревне различными способами; закреплять навык выполнения стойки на руках у стены со страховкой партнера	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся - творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
80.	**Обучение упражнениям На гимнастическом бревне**: приседания, переходы в упор		Правила безопасного поведения на гимнастическом бревне. Цели: учить выполнять упражнения для развития равновесия, коор-	**Уметь:** - выполнять упражнения на бревне(приседания, переходы в упор присев, в упор	Научатся: - выполнять упражнения на бревне(приседания, переходы в упор	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; ис-	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие		

	присев, в упор стоя на коленях. Разучивание комбинации упражнений с акробатическими элементами. Подвижная игра «Веревочка под ногами»		динации и добиваться правильного выполнения	стоя на коленях)	присев, в упор стоя на коленях)	пользуют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	интересы		
81.	**Обучение лазанью** Развитие координации по средством упоров на руках Подвижная игра «Пустое место»		Правила безопасного выполнения лазанья по канату. Цели: развивать внимание, силу, ловкость при выполнении лазанья по канату	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
82.	**Контроль за развитием двигательных качеств норматив**		Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату;	Научатся: - выполнять упражнения для оценки динамики ин-	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в		

	ГТО: прыжок в длину с места. Подвижная игра «Коньки-горбунки»		прыжка с места	выполнять опорный прыжок	дивидуальног о развития основных физических качеств	при выполнении упражнений и участии в игре; прини мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к об-щему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	достижении поставленных целей		
83.	**Обучение упражнениям с гимнастиче-ским козлом**. Развитие координации и силовых качеств в залезании, перелезании, спрыгивании с гимнастическо го козла		Какие упражнения выполняются с гимнастическим козлом? **Цели:** развивать силовые качества и координацию движений в упраж-нениях с гимна-стическим козлом	***Уметь:*** лазать по гимнастическо й стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Научатся: - выполнять силовые упражнения с заданной дозировкой нагрузки	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оце-нивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
84.	**Контроль за развитием двигательных качеств норматив ГТО**: подтягивания на низкой перекладине из		Как вести контроль за развитием двигательных качеств? **Цели:** закреплять навык выполнения подтягивания на перекладине	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе	Научатся: - технически правильно выполнять подтягивание на перекладине; - добиваться достижения	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют	проявляют дисциплиниро ванность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	виса лежа (девочки), подтягивания на перекладине (мальчики). Подвижная игра «Конькигорбунки»				конечного результата	итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.			
85.	**Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой:** «Ладошки», «Погончики», «Насос», «Кошка». Совершенствование упражнений акробатики. Подвижная игра «Волк и зайцы»		Значение дыхательных упражнений для укрепления здоровья. **Цели:** развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений акробатики	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе; технически правильно выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой	Научатся: - технически правильно выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
86.	**Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой:** «Обними плечи», «Боль-		Как правильно дышать? **Цели:** развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; закреплять навык выполнения упражнений с	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе; технически правильно выполнять дыха-	Научатся: - соблюдать ритм при выполнении дыхательных упражнений; - организовывать и	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных		

	шой маятник», «Перекаты», «Шаги». Развитие силы в упражнениях с гантелями. Разучивание игры «Заморозки»		гантелями различными способами	тельные упражнения по методике А. Стрельниковой	проводить подвижные игры	***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	нестандартных ситуациях		
87.	**Контроль за развитием двигательных качеств:** наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний		Как вести контроль за развитием двигательных качеств? **Цели:** закреплять навык выполнения наклона вперед из положения стоя	***Уметь:*** выполнять упражнения для развития гибкости различными способами	Научатся: - выполнять упражнения для развития гибкости различными способами	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
88.	**Совершенствование дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой**. Контроль за развитием двигательных		Техника выполнения упражнений дыхательной гимнастики. Какие качества развиваются при выполнении подъема туловища из положения лежа? Цели: учить вы-	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе; технически правильно выполнять дыхательные упражнения по	Научатся: - технически правильно выполнять упражнения дыхательной гимнастики; - организовывать и прово-	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		

	качеств: подъем туловища из положения лежа на спине за 30 секунд. Разучивание игры «Уверты-вайся от мяча		полнять упражнения дыхательной гимнастики; правильно выполнять поднимание туловища из положения лежа на время	методике А. Стрельниковой	дить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
89.	**Обучение гимнастике для глаз.** Разучивание игровых действий эстафет с акробатическими упражнениями. Игра «Пере тяжки»		Правила безопасного выполнения акробатических упражнений в эстафетах. Цели: учить выполнять гимнастику для глаз; выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	***Уметь:*** самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках	Научатся: - самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
90.	**Объяснение правил безопасности на спортивной площадке.** Развитие выносливости в ходьбе, беге,		Правила безопасного поведения на спортивной площадке. **Цели:** закреплять навыки выполнения упражнений на развитие выносливости раз-	***Уметь:*** соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

	прыжках, играх. Подвижная игра «Салки-догонялки»		личными способами		физическими упражнениями	воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.			
91.	**Совершенствование техники высокого и низ кого старта**. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением Норматив ГТО: бег 60м.		При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? **Цели:** совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорением	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы		
92.	**Совершенствование техники прыжка в длину с разбега.** Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?»		Как выполняется прыжок в длину с разбега? **Цели:** закрепить навык прыжка в длину с разбега	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в прыжковую яму на две ноги	Научатся: - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию	оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы.		

						партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
93.	**Контроль за развитием двигательных качеств:** челночный бег 3 х 10 м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры		Как развивать прыгучесть и координацию в беге с низкими барьерами? **Цели:** совершенствовать технику челночного бега, развивать скоростно-силовые качества в прыжках через барьеры	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	Научатся: - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
94.	**Развитие скоростных качеств в беге** на 30 м с высокого и низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий		Какова техника финиширования в беге? **Цели:** закрепить навык выполнения бега на короткую дистанцию, развивать скоростные качества в беге с препятствиями	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

95.	**Контроль за развитием двигательных качеств:** бег на 30 м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке		Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:** закрепить навык бега в равномерном темпе и с ускорением	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью	Научатся: - выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
96.	**Медленный бег до 1000 м.** Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости		Как распределять силы при длительном беге? **Цели:** учить правильной постановке рук и ног при метаниях	***Уметь:*** выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м;	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м; - выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. ***Коммуникативные:*** задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		
97.	**Контроль за развитием двигательных качеств:** метание мешочка на дальность.		Каковы правила выполнения метания? **Цели:** учить выполнять игровые действия и упражнения подвижных	***Уметь:*** Правильно выполнять метания.	Научатся: - организовывать подвижные игры; - соблюдать	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных		

	Подвижная игра «За мячом противника»		игр разной функциональной направленности		правила взаимодействия с игроками	инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	целей		
98.	**Медленный бег до 1000 м**. Контроль пульса. Подвижная игра «Горячая картошка»		Как проводится подсчет пульса? **Цели:** учить выполнять подсчет пульса до занятий, после нагрузки, после восстановления	***Уметь:*** выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки	Научатся: - выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
99.	**Контроль за развитием двигательных качеств норматив ГТО : бег** на **1000** м. Игра в пионер бол		Как работать над распределением сил на дистанции? **Цели:** учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние	***Уметь:*** равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега.	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - оценивать величину	***Познавательные:*** самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. ***Регулятивные:*** вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок . ***Коммуникативные:*** задают	проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях		

					нагрузки по частоте пульса	вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.			
100.	**Развитие выносливости в кроссовой подготовке.** Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионербол		Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? **Цели:** учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге; совершенствовать навык броска и ловли мяча	***Уметь:*** чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге	Научатся: - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач . ***Регулятивные:*** планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. ***Коммуникативные:*** используют речь для регуляции своего действия.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
101.	**Контроль за развитием двигательных качеств:** прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Вызов номеров»		Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения прыжка с прямого разбега	***Уметь:*** вести контроль за развитием двигательных качеств	Научатся: - технически правильно выполнять прыжок с разбега; - соблюдать правила взаимодействия с игроками	***Познавательные:*** ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. ***Регулятивные:*** выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способ решения. ***Коммуникативные:*** ориентируются на позицию	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

						партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.			
102.	**Виды плавания (теория). Подведение итогов учебного года**		Как использовать полученные в процессе обучения навыки? **Цели:** закреплять умения и навыки правильного выполнения основных видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств Знать основные виды и стили плавания.	***Уметь:*** называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице	Научатся: - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице - узнают основные виды и стили плавания.	***Познавательные:*** используют общие приемы решения поставленных задач. ***Регулятивные:*** принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. ***Коммуникативные:*** договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.	проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		

Календарно-тематическое планирование

4 класс

№ урока	Дата		Содержание (раздел программы, тема урока)	Кол.час	Виды учебной деятельности	Универсальные учебные действия (УУД)	Виды контроля	Д\з
	План	Факт						
			Легкая атлетика					
1.			**Инструктаж по ТБ.** Бег на выносливость. ОРУ. Спринтерский бег. Эстафетный бег. Высокий старт (15-20м.), стартовый разгон, бег по дистанции (20-30м.) Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств.П\ игры.	1	**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности. **Знать** инструктаж по технике безопасности. **Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале.	*Познавательные УУД*: осваивать универсальные основные понятия и термины навыков ходьбы. *Коммуникативные УУД*: уметь работать в парах. *Регулятивные УУД:* осваивать технику ходьбы. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности. *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Составлять индивидуальный режим дня.	текущий	Комплекс УГГ
2.			**Круговая тренировка** Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость.. ОРУ. Спринтерский бег. Эстафетный бег . Высокий старт (до 9-15 метров). Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. Влияние легкоатлетических	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с высокого старта 15 метров. **Знать** о влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	*Познавательные УУД*:знания о влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	текущий	Комплекс УГГ

			упражнений на здоровье.П\игры.					
3.			**Бег на выносливость.**Инструктаж по ТБ. ОРУ. Метание на дальность. Спринтерский бег. Эстафетный бег . Высокий старт (до 9-15 метров). Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. Встречная эстафета. П\игры.	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с высокого старта 15 метров. **Уметь** метать мяч вдаль	*Коммуникативные УУД:* взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге. *Регулятивные УУД: осваивать технику мятания мяча на дальность*	текущий	Комплекс УГГ
4.			**Эстафетный бег** Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Метание на дальность. Спринтерский бег.. Высокий старт (до 9-15 метров). Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. Встречная эстафета. П\игры.	1	**Уметь** выполнять финиширование, передавать эстафетную палочку. **Уметь** метать мяч вдаль	*Регулятивные УУД: осваивать технику метания мяча на дальность*	текущий	Комплекс УГГ
5.			**Бег на выносливость** Инструктаж по ТБ.. Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. П\игры.	1	**Уметь** метать мяч вдаль	*Регулятивные УУД: осваивать технику метания мяча на дальность* *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Бег 30 метров на результат	Комплекс УГГ
6.			**ОРУ. Метание на дальность** Инструктаж по ТБ.. Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. П\игры.	1	**Уметь** метать мяч вдаль	*Регулятивные УУД: осваивать технику метания мяча на дальность* *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Бег 30 метров на результат	Комплекс УГГ

7.			**Развитие скоростных качеств** ОРУ. Прыжок в длину с места. Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. Беговые упражнения.. П\игры.	1	**Знать** терминологию прыжков в длину. **Уметь** прыгать в длину с места	*Регулятивные УУД:* осваивать технику прыжка в длину с места *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ
8.			**Прыжок в длину с места** Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ.. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.	1	**Знать** терминологию прыжков в длину. **Уметь** прыгать в длину с места	*Регулятивные УУД:* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности. *Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	текущий	Комплекс УГГ
9.			**Прыжок с 7-9 шагов разбега** Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. П\ игры. Пионербол.. Беговые упражнения. Метание мяча в горизонтальную цель (1*1) с 5-6 м. ОРУ в движение. Развитие скоростных качеств. Специальные беговые упражнения. Игра «Кто дальше бросит»	1	**Уметь** прыгать в длину с разбега, метать мяч в вертикальную цель.	*Регулятивные УУД:* осваивать технику подбора разбега. *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ
10.			**Правила спортивной гигиены** Инструктаж по ТБ. ОРУ.. Метание мяча в вертикальную цель (1*1) с 5-6 м., на дальность. ОРУ в движение. Развитие скоростных качеств. Специальные беговые упражнения. Игра «Метко в цель».	1	**Уметь** метать мяч в вертикальную цель.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	текущий	Комплекс УГГ

11.			**Специальные беговые упражнения.** Инструктаж по ТБ. ОРУ. Физические упражнения – путь к здоровью. Метание мяча в вертикальную цель (1*1) с 5-6 м, на дальность. ОРУ в движение. Развитие скоростных качеств. Игра «Метко в цель».	1	**Уметь** метать мяч в вертикальную цель, на дальность	*Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки. *Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр	Текущий	Комплекс УГГ
12.			**Метание мяча на дальность.** Инструктаж по ТБ. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра «Салки».	1	**Уметь** метать мяч, на дальность(на результат).	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Оценка техники выполнения метания на дальность	Комплекс УГГ
13.			**Упражнения «пресс» за 30 сек.** Инструктаж по ТБ. ОРУ. П\игры. Развитие скоростно-силовой выносливости.	1	**Уметь**выполнять упражнение на «пресс» за 30 сек. (на результат).	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Оценка техники выполнениянияупражнение на «пресс» за 30 с.	Комплекс УГГ
14.			**Упражнения прыжки на скакалке за 1 мин** Инструктаж по ТБ. ОРУ. П\игры.. Развитие скоростно-силовой выносливости.	1	**Уметь** выполнять упражнение прыжки на скакалке за 1 мин. (на результат).	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Оценка техники выполнения упражнение прыжки на скакалке за 1 мин.	Комплекс УГГ

15.			**Весёлые старты** Инструктаж по ТБ. ОРУ. Физическое и эмоциональное состояние – их связь.. Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять финиширование, передавать эстафетную палочку.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
16.			**Развитие ФК.**Инструктаж по ТБ. ОРУ. Весёлые старты.	1	**Уметь** выполнять финиширование, передавать эстафетную палочку	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
17.			ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. **Инструктаж по ТБ.** ОРУ. П\ игры. Игра «К своим флажкам». Игра «Лисы и куры». Игра «Два мороза». Игра «Кто дальше бросит».	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
18.			**Развитие ФК.**Инструктаж по ТБ. ОРУ. Пионербол. П\ игры.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
19.			**Пионербол.** Инструктаж по ТБ. ОРУ. П\ игры. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ

20.			**Весёлые старты.** Инструктаж по ТБ. ОРУ. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
21.			**Эстафеты с элементами баскетбола** Инструктаж по ТБ. ОРУ.. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
22.			**Развитие ФК.**Инструктаж по ТБ. ОРУ. Эстафеты с элементами баскетбола.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ
23.			**Развитие ФК.**Инструктаж по ТБ. ОРУ. Пионербол. П\ игры.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр*	Текущий	Комплекс УГГ

24.			**Гимнастика. Техника безопасности** на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика. Развитие ФК.	1	**Знать** виды гимнастики: основная, спортивная, художественная, аэробика, спортивная акробатика.	Р: постановка цели, планирование, прогнозирование результатов.	Текущий	Комплекс УГГ

25.			**Гимнастика. Техника безопасности** на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика. Развитие ФК.	1	**Знать** виды гимнастики: основная, спортивная, художественная, аэробика, спортивная акробатика.	Р: постановка цели, планирование, прогнозирование результатов.	Текущий	Комплекс УГГ
26.			**Акробатика. Техника безопасности** на уроках гимнастики. ОРУ.	1	**Уметь** выполнять строевые упражнения и технические элементы.	К: уметь находить общий язык со сверстниками.	Текущий	Комплекс УГГ
27.			**Техника безопасности Развитие ФК.**на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика.	1	**Уметь** выполнять технические элементы, строевые упражнения.	К: уметь находить общий язык.	Текущий	Комплекс УГГ
28.			**Гимнастика Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика. Развитие ФК.**	1	**Уметь** подтягиваться в висе и уметь подтягиваться в висе лёжа.	К: уметь работать в паре. П: Уметь формировать цель в обучении подтягиваниям	Текущий	Комплекс УГГ
29.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика. Развитие ФК.**	1	**Уметь** подтягиватьсяв висе. Выполнять тех. Элементы, строевые упражнения.	П: описать технику ОРУ, составить комбинацию из изученных упражнений.	Текущий	Комплекс УГГ
30.			**Акробатика. Развитие ФК.**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ.	1	Уметь подтягиваться в висе. Выполнять тех. Элементы, строевые упражнения.	П: описать технику ОРУ, составить комбинацию из изученных упражнений.	Текущий	Комплекс УГГ
31.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. Акробатика..** ОРУ. **Развитие ФК.**	1	**Уметь** выполнять разученные элементы (козел в ширину, высота 80 – 100 см)	К: уметь находить общий язык. Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки	Текущий	Комплекс УГГ
32.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ.Акробатика. Развитие ФК.**	1	**Уметь** выполнять опорный прыжок. Строевые упражнения.	К: уметь вести себя в коллективе. Л: формирование упорства в достижении цели.	Текущий	Комплекс УГГ
33.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ. Акробатика** Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять лазание по канату. Строевые упражнения.	К: уметь вести себя в коллективе. Л: формирование упорства в достижении цели.	Текущий	Комплекс УГГ
34.			**ТБ. Комплекс гимнастических упражнений** Техника безопасности на уроках	1	**Уметь** выполнять лазание по канату. Строевые упражнения.	К: уметь страховать и помогать партнеру П: самостоятельно осваивать	Текущий	Комплекс УГГ

			гимнастики. Лазание по канату.			изучаемый элем .		
35.			**Акробатика. Комплекс гимнастических упражнений** Техника безопасности на уроках гимнастики. Лазание по канату.	1	**Уметь** выполнять лазание по канату. Строевые упражнения.	К: уметь страховать и помогать партнеру П: самостоятельно осваивать изучаемый элем .	Текущий	Комплекс УГГ
36.			**Техника безопасности Гимнастика**. Прыжки через гимнастического козла - опорный прыжок. Перестроение разведением и слиянием. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	Л: формирование упорства в достижении цели П: самостоятельно осваивать изучаемый элемент.	Текущий	Комплекс УГГ
37.			**Техника безопасности на уроках гимнастики**. ОРУ. Прыжки через гимнастического козла - опорный прыжок. Перестроение разведением и слиянием. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
38.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ. Развитие ФК** Прыжки через гимнастического козла - опорный прыжок. Перестроение разведением и слиянием. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
39.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ. Развитие ФК** Прыжки через гимнастического козла - опорный прыжок. Перестроение разведением и слиянием. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
40.			**Перестроение разведением и слиянием** Техника безопасности на уроках гимнастики. Прыжки через	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать	Текущий	Комплекс УГГ

			гимнастического козла - опорный прыжок.. Развитие ловкости и силовых способностей.			простейшие ошибки.		

41.			**Развитие ловкости и силовых способностей.** Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ на месте. Круговая тренировка	1	**Уметь** выполнять силовые упражнения	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
42.			**Перестроение разведением и слиянием** Техника безопасности на уроках гимнастики. Прыжки через гимнастического козла - опорный прыжок.. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять технику опорного прыжка	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
43.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ** на месте. Круговая тренировка. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Уметь** выполнять силовые упражнения	К: уметь страховать и помогать партнеру Р: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
44.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ** на месте. Круговая тренировка. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	Оценка техники стойки и передвижений игрока	Комплекс УГГ
45.			**Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ** на месте Бег на выносливость. Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
46.			**Развитие ловкости и силы** на месте Бег на выносливость. Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ

47.			**Развитие ловкости и силы** на месте Бег на выносливость. Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
48.			**Бег на выносливость.** Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
49.			**Бег на выносливость** Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
50.			**Круговая тренировка**. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	Оценка техники стойки и передвижений игрока	Комплекс УГГ
51.			**Бег на выносливость** Футбол. Пионербол. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
52.			**Круговая тренировка**. Развитие ловкости и силовых способностей.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	Оценка техники стойки и передвижений	Комплекс УГГ

							игрока	
53.			**ОРУ на месте** Бег на выносливость. Футбол. **Пионербол.**	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
54.			**ТБ. Развитие ФК.**		**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
55.			**Лыжная подготовка. Развитие ФК.**	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
56.			Техника безопасности на уроках гимнастики. ОРУ на месте Бег на выносливость. **Футбол. Пионербол.** Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	текущий	Комплекс УГГ
57.			Инструктаж по ТБ. ОРУ. **Весёлые старты.** Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	Оценка техники ведения мяча на месте	Комплекс УГГ
58.			**Инструктаж по ТБ**. ОРУ. Весёлые старты. Развитие ФК.	1	**Знать:** - правила игры; - знать слова ведущих; -менять скорость бега; - координировать движения.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности.	Оценка техники ведения мяча на месте	Комплекс УГГ

59.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км. Развитие ФК.**	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
60.			Инструктаж по ТБ. **Лыжная подготовка. Развитие ФК.** Ходьба на лыжах до 3 км.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
61.			Инструктаж по ТБ. **Лыжная подготовка. Развитие ФК.** Ходьба на лыжах до 3 км.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
62.			**Ходьба на лыжах до 3 км.** Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка..	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
63.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
64.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
65.			Инструктаж по ТБ. **Лыжная подготовка.** Ходьба на лыжах до 3 км. Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Оценка техники	Комплекс УГГ

66.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	текущий	Комплекс УГГ
67.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.	1	**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Текущий	Комплекс УГГ
68.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км. Р**азвитие ФК.		**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Текущий	Комплекс УГГ
69.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.		**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Текущий	Комплекс УГГ
70.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.		**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Оценка выполнения норматива ГТО.	Комплекс УГГ
71.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. **Ходьба на лыжах до 3 км.** Развитие ФК.		**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Текущий	Комплекс УГГ

72.			Инструктаж по ТБ. Лыжная подготовка. Ходьба на лыжах до 3 км. Развитие ФК.		**Уметь** выполнять технику передвижения на лыжах	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности. *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений	Текущий	Комплекс УГГ

73.			Инструктаж по ТБ. ОРУ. Бег на выносливость. **Учебная игра – баскетбол.** Развитие ФК.	1	**Уметь** играть в баскетбол по упрощённым правилам. Знать правила баскетбола.	Коммуникативные УУД: уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом. Личностные УУД: уметь проявлять инициативу.	Текущий	Комплекс УГГ
74.			Инструктаж по ТБ. ОРУ. Бег на выносливость. **Учебная игра – баскетбол.** Развитие ФК.		**Уметь** играть в баскетбол по упрощённым правилам. Знать правила баскетбола.	Регулятивные УУД: определять и давать оценку своему двигательному действию. Уметь устранять типичные ошибки.	Текущий	Комплекс УГГ
75.			Инструктаж по ТБ. ОРУ. Бег на выносливость. Учебная игра – баскетбол. Развитие ФК.		**Уметь** играть в баскетбол по упрощённым правилам. Знать правила баскетбола.	Коммуникативные УУД: взаимодействие со сверстниками. Познавательные УУД: уметь организовать самостоятельные занятия Личностные УУД: уметь проявлять терпение и личную инициативу. Регулятивные УУД: определять и исправлять собственные ошибки	Текущий снизу.	Комплекс УГГ
76.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Бег на короткие дистанции. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Личностные УУД: уметь проявлять терпение и личную инициативу. Регулятивные УУД: определять и исправлять собственные ошибки	Текущий	Комплекс УГГ
77.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Бег на короткие дистанции. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками.	Текущий	Комплекс УГГ

78.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Эстафетный бег. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплек с УГГ
79.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Эстафетный бег. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Личностные УУД: проявление терпения и инициативы.	Текущий	Комплек с УГГ
80.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Беговые, силовые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Личностные УУД: проявление терпения и инициативы.	Текущий	Комплек с УГГ
81.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Беговые, силовые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Личностные УУД: проявление терпения и инициативы.	Текущий	Комплек с УГГ
82.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Прыжок в длину с места. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности.	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Оценка техники прыжка в длину с места	Комплек с УГГ
83.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Наклон вперёд – тест на гибкость. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. П\игры.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Оценка техники Наклон вперёд – тест на гибкость.	Комплек с УГГ

84.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Эстафетный бег. Передача э\ палочки.	1	**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплекс УГГ
85.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплекс УГГ
86.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплекс УГГ
87.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Подтягивание. Отжимание. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности Уметь подтягиваться, отжиматься	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Оценка техники подтягивание, отжимание	Комплекс УГГ
88.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Прыжки на скакалке. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности **Уметь** прыжки на скакалке.	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплекс УГГ
89.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Прыжки через скамейку (в высоту). Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности **Уметь** прыжки через скамейку (в высоту).	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Текущий	Комплекс УГГ
90.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Бег 1 км на время. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности **Уметь** бегать 1 км на результат	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Оценка техники бега 1 км	Комплекс УГГ

91.			Инструктаж по ТБ. Бег на выносливость. ОРУ. Круговая тренировка. Бег 60 м на время. Развитие ФК.		**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности **Уметь** бегать 60 м на результат	Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками. Личностные УУД: уметь увлечь личным примером.	Оценка техники бега на 60 м	Комплекс УГГ
92.			Инструктаж по технике безопасности. Спринтерский бег, эстафетный бег. Высокий старт (10-15м.), бег с ускорением (30-40м.) Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Старты из различных исходных положений. Инструктаж по ТБ.	1	**Знать** инструктаж по технике безопасности. **Уметь** бегать 15 метров с максимальной скоростью, соблюдать правила поведения в спортивном зале.	*Личностные УУД*: соблюдать дисциплину и правила ТБ. *Коммуникативные УУД:* взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге.	текущий	Комплекс УГГ
93.			Инструктаж по технике безопасности. Спринтерский бег, эстафетный бег. Высокий старт (10-15м.), бег с ускорением (50-60м.) Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Развитие скоростных возможностей. Встречные эстафеты (передача эстафетной палочки). Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организмы.	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с низкого старта 60 метров. **Знать** о влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма.	*Познавательные УУД*:знания о влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма. Познавательные УУД: умения анализировать и корректировать технику передачи эстафетной палочки.	текущий	Комплекс УГГ
94.			Инструктаж по технике безопасности. Спринтерский бег, эстафетный бег. Бег на результат (30 метров). ОРУ в движение. Специальные беговые упражнения. Эстафеты по кругу. Передача палочки. Развитие скоростных возможностей.	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с низкого старта 60 метров.	*Коммуникативные УУД:* взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге.	Бег 30 метров на результат	Комплекс УГГ
95.			Инструктаж по технике безопасности. Спринтерский бег, эстафетный бег. Бег. ОРУ в движение. Специальные беговые	1	**Уметь** выполнять финиширование, передавать эстафетную палочку.	*Регулятивные УУД:* совершенствовать технику передачи эстафетной палочки. Коммуникативные УУД: уметь взаимодействовать со сверстниками.	текущий	Комплекс УГГ

			упражнения. Эстафеты по кругу. Передача палочки. Развитие скоростных возможностей.					
96.			Инструктаж по технике безопасности. Прыжок в высоту с 5-7 шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивания). Метание теннисного мяча на заданное расстояние. ОРУ в движение. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных возможностей.	1	**Уметь** прыгать в высоту с разбега, метать малый мяч на дальность.	*Регулятивные УУД:* осваивать технику прыжка в высоту с разбега.	текущий	Комплекс УГГ
97.			Инструктаж по технике безопасности. Прыжок в высоту с 5-7 шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивания, переход планки). Метание теннисного мяча на заданное расстояние. ОРУ в движение. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных возможностей.	1	**Уметь** прыгать в высоту с разбега, метать малый мяч на дальность.	Познавательные УУД: умения анализировать и корректировать технику прыжка.	текущий	Комплекс УГГ
98.			Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег. Высокий старт (15-20м.), стартовый разгон, бег по дистанции (20-30м.) Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств.	1	**Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале, знать инструктаж по технике безопасности. Знать инструктаж по технике безопасности. **Уметь** соблюдать правила поведения в спортивном зале.	Познавательные УУД: осваивать универсальные основные понятия и термины навыков ходьбы. Коммуникативные УУД: уметь работать в парах. Регулятивные УУД: осваивать технику ходьбы. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности. Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Составлять индивидуальный режим дня.	текущий	Комплекс УГГ

99.			Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег . Высокий старт (до 9-15 метров). Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. Круговая эстафета. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с высокого старта 15 метров. Знать о влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	Познавательные УУД: знания о влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.	текущий	Комплек с УГГ
100.			Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег . Высокий старт (до 9-15 метров). Специальные беговые упражнения. Беговые ускорения. Встречная эстафета	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью с высокого старта 15 метров.	Коммуникативные УУД: взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге.	текущий	Комплек с УГГ
101.			Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег . Высокий старт (15-20м.), стартовый разгон, бег с ускорением (50-60м.) Финиширование. Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.	1	**Уметь** выполнять финиширование, передавать эстафетную палочку.	Регулятивные УУД: осваивать технику передачи эстафетной палочки.	текущий	Комплек с УГГ
102.			Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег. Эстафетный бег Бег на результат 30 метров. Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Подвижная игра «Вороные кони».	1	**Уметь** бегать с максимальной скоростью 30 метров.	Личностные УУД: соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Бег 30 метров на результат	Комплек с УГГ